NGAYAR MALAR
ம்பர் '93 ரூ. 7/-

மங்கையர் மலர்



காயத்ரி நங்கையின் அழகுச்சித்திரம் 2

காயத்ரி

மிஸ்டி ஸில்க் மெருகுட

பிரகாசமான பகல் நேரம்....

அழகிய காயத்ரி ஸில்க் புடவை மேனியை எழிலுடன் தழுவியிருக்க, தன் இல்லத்தின் வேலைகளை பாங்குடன் கவனிக்கும் வசீகர மங்கை இவள்.

நங்கை இவள் அழகு கண்டு, தோட்டத்தில் பறவைகள் மயங்கி நிற்கின்றன, காலைப் பனித்துளிபோல், விடிகாலைக் கனவு போல் மிளிர்கிறது அவள அணிந்துள்ள தூய பட்டுப் புடவை, மிஸ்டி ஸில்க் கனவின் இதம் போன்ற ஸில்க்.

சந்தனமணம் கமழ, பட்டுப்புடவை சலசலக்க, புன்னகை மலர்ந்த முகத்துடன், பரிவுடனும் பாசத்துடனும் வளைய வரும் இந்த அற்புதப் பெண் அருகில் உள்ளபோது ஓர் ஆணுக்கு வேறென்ன வேண்டும் ?

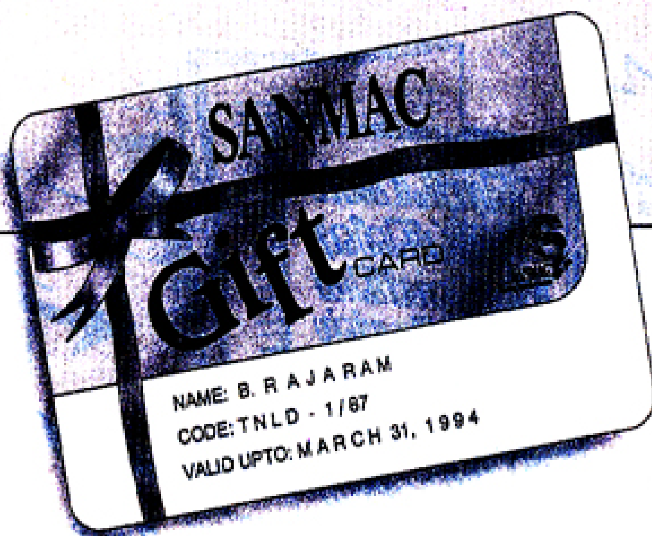


Pathi Silk Hou

BANGALORE

70 வருட பட்டுப்பாரம்ப

பெறுவீர் சான்மேக் கி:ப்ட் கார்டு.



5வது ஆண்டு நிறைவு விழாவையொட்டி சான்மேக் சிட்ஸ் அளிக்கும் சிறப்புச்சலுகை

சான்மேக் சிட்ஸ் கடந்த 5 ஆண்டுகளாக அதன் வாடிக்கையாளர்களுக்கு உறுதிப்பாட்டுடன்கூடிய சேவையை அளித்து வருகிறது.

இனி வரும் ஆண்டுகளிலும் இது போன்ற சேவை தொடரும் என்பதை குறிக்கும் வகையில் சான்மேக் சிட்ஸ் அளிக்கும் இணையற்ற சலுகை

சான்மேக் கிஃப்ட் கார்டு.

செப்டம்பர் 15ம் தேதி முதல் நவம்பர் 15ம் தேதி, 1993 வரை எந்தவொரு சீட்டு குரூப்பிலும், சேரும் ஒவ்வொரு சந்தாதாரரும் பெறும் சிறப்புரிமை!

சான்மேக் கிஃப்ட் கார்டு. இந்த கிஃப்ட் கார்டு பெறுவதைத் தொடர்ந்து நீங்கள் மகிழ்வூட்டும் பல பயன்களைப் பெறுவீர்கள். சான்மேக் சிட்ஸிலிருந்து மட்டுமின்றி மற்ற சான்மேக் குரூப் நிறுவனங்களிடமிருந்தும் பலப்பல பயன்களை நீங்கள் பெறலாம்.

எனவே, வாடிக்கையாளர்களுக்குச் சேவையளிப்பதில் 5 ஆண்டு வெற்றிகரமாக நிறைவு பெறுவதை சான்மேக் சிட்ஸ் மகிழ்ச்சியோடு கொண்டாடும் இவ்வேளையில், நீங்களும் ஒரு 'கிஃப்ட் கார்டு' பெற்று மகிழ்வடையுங்கள்.

அதன்மூலம் ஒரு நம்பகமான, ஸ்திரமான சீட்டு நிறுவனத்தில் உறுப்பினராக இருப்பதனால் பெறக்கூடிய எல்லா சிறப்புரிமைகளையும் அனுபவியுங்கள்.

முக்கிய அம்சங்கள் :

- 5 ஆண்டுகளிலேயே ரூ. 22 கோடி சீட்டுப்பரிசுப் பணமாக விநியோகிக்கப்பட்டுள்ளது.
- 10,000 பேருக்கும் கூடுதலான சந்தாதாரர்கள்

சீட்டு குருப்புகள்	சீட்டுத் தொகை ரூ.	அனுமதி கட்டணம் ரூ.	பரிசுப் பொருட்கள்
ரூ. 400 × 25 மாதங்கள் ரூ. 500 × 20 மாதங்கள்	10,000	40	எவர்சில்வர் பேசின்
ரூ. 1,000 × 25 மாதங்கள் ரூ. 625 × 40 மாதங்கள்	25,000	75	எவர்சில்வர் சிற்றுண்டி செட்
ரூ. 500 × 60 மாதங்கள் ரூ. 1,500 × 20 மாதங்கள் ரூ. 750 × 40 மாதங்கள்	30,000	100	எவர்சில்வர் சாப்பாடு செட்
ரூ. 2,000 × 25 மாதங்கள் ரூ. 1,250 × 40 மாதங்கள் ரூ. 1,000 × 50 மாதங்கள்	50,000	125	எவர்சில்வர் பால் பாத்திரம்
ரூ. 1,250 × 60 மாதங்கள்	75,000	150	எவர்சில்வர் கடாய் (மூடி இல்லாமல்)
ரூ. 2,500 × 40 மாதங்கள் ரூ. 4,000 × 25 மாதங்கள்	1,00,000	250	சூட்கேஸ்
ரூ. 5,000 × 40 மாதங்கள்	2,00,000	500	வெள்ளி காமாட்சி விளக்கு
ரூ. 10,000 × 50 மாதங்கள்	5,00,000	800	தங்க காசு

எல்லா குருப்புகளுக்கும் உச்ச வரம்பு 30%.

அறிமுகம்

விசேஷ சீட்டு குருப்புகள் ரூ.10,000 முதல் ரூ.5 லட்சம் வரை.
ஒவ்வொரு சந்தாதாரருக்கும் பரிசு உண்டு.

சான்மேக் சிட்ஸ் லிமிடெட்



பதிவு & தலைமை அலுவலகம்

'ஜெம்ஸ் கோர்ட்', A-8, முதல்மாடி, 14, காதர் நவாஸ்கான் ரோடு,
சென்னை 600 006. போன்: 8250601/8251232.

BID FOR A BETTER LIFE

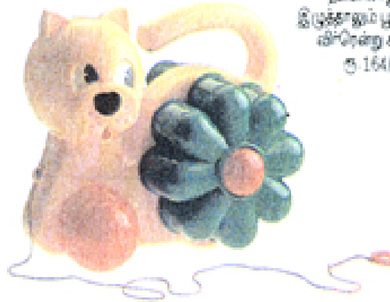
ளை அலுவலகங்கள்: • **சென்னை:** 'மவுண்ட் சேம்பர்ஸ்', பிளாட் 'E' மூன்றாவது மாடி, 758, அண்ணா சாலை, போன்: 8277363 •5, பாலாஜி அவென்யூ II சாலை, தி.நகர், போன்: 8278515/8258637 • 6, இரண்டாவது அவென்யூ, அசோக் நகர், போன்: 4824757 • பிளாட்-B, தேவ்கர் அபார்ட்மெண்ட்ஸ், 147, லஸ் சர்ச் ரோடு, மயிலாப்பூர், போன்: 4992488 • 'கபில் காம்ப்ளக்ஸ்', C-31, இரண்டாவது அவென்யூ, அண்ணா நகர் மேற்கு, போன்: 214454 • 31, அய்யாசாமி வீதி, மேற்கு தாம்பரம் (நேஷனல் தியேட்டர் அருகில்) போன்: 401934 (PP) • பிளாட் 55, Shelya Complex', 286, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை, (டோவ்டன் க்ளப எதிரில்) சென்னை 600 007 • **மதுரை:** 'NCS பில்டிங்ஸ்', இரண்டாவது மாடி, 113-B, மேற்கு பெருமாள் மேஸ்ட்ரி வீதி, மதுரை-1. போன்: 23334 • **கோயம்புத்தூர்:** ஸ்ரீநிவாசா டிரேட் சென்டர், 160/27, DB. சாலை, R.S. புரம் (வெங்கடு தியேட்டர் அருகில்) கோயம்புத்தூர்-2. போன்: 15375 • **திருச்சி:** 21, முதல் மாடி, 'சித்ரா காம்ப்ளக்ஸ்', சிந்தாமணி, திருச்சி-2. போன்: 25324 • **திருவண்ணாமலை:** செல்வரி காம்ப்ளக்ஸ்', 23/12, கோபால் பிள்ளையார் கோயில் சாலை, திருவண்ணாமலை-1. போன்: 2579 (PP). • **கும்பகோணம்:** 41, நாகேஸ்வரன் சன்னதி வீதி, கும்பகோணம்-1 • **திருநெல்வேலி:** 25-B, S.N. நெடுஞ்சாலை, 'SRC காம்ப்ளக்ஸ்', இரண்டாவது மாடி, திருநெல்வேலி-1. போன்: 322032.

Adwise/3426/93

உங்கள் செல்லக்குட்டிகள் கொஞ்சிட செல்லப்பிராணிகள்.



ரோலி ஃபான்
அமுக்கி விட்டதும்
விரைந்தோடும் ரோலி
ரூ. 99/-



மை பெட் கிட்டி
தள்ளினாலும்,
இழுத்தாலும் பூச்சக்கரம்
விர்ரென்று சுற்றும்
ரூ. 164/-



ஜென்டில் ஜிராஃ
மணியடித்து,
தலையாட்டும்
ஒட்டகச்சிவிங்கி ரூ



பேர் ஃபன்
சப்பை மூக்கு, உருட்டும்
விழிகள் கிலுகிலுப்பை
ரூ. 52/-



புல் அலாங் டாகி
நாய் உண்டியல், போன்,
சப்பை மூக்கு,
முட்டைகண்கள் ரூ. 89/-



ட்வின் டெடிஸ்
தகுதகுப்பான டெடி
கரடிகள் ரூ. 99/-

இவை உறுமாது. எட்டி உதைக்காது.
கர்ஜனை செய்யாது. கடிக்கவும் கடிக்காது.
இவை நட்புடன் விளையாடும். துறுதுறுவென்று
வண்ணமயமாக உங்களை சுற்றிவரும். இவையால்
எந்த ஆபத்தும் கிடையாது ஆனால் ஒன்று
இவையாவும் அன்பால் ஆட்டிவைக்கக் கூடியவை.



"என்னைப் பொறுத்தவரைக்கும் நம்ம இந்தியப் பெண்கள்தான் நல்ல அழகு தெரியுமா? ஆனா நாம நினைத்துக் கொண்டிருப்பது வெளிநாட்டுப் பெண்கள்தான் நல்ல கலராக, ஸ்லிம்மான உடலமைப்புடன் இருக்கிறார்களென்று. ஒல்லியாயும், நிறமாயும் இருந்து விட்டால் போதுமா? உடலமைப்பு ஒத்தாற்போல இருக்க வேண்டாமா? நல்ல கலர் காம்பினேஷனில் காஷுவலா டிரெஸ் போட்டுக்கிட்டா நம்ம நாட்டுப் பெண்களை மிஞ்ச யாருமில்லை."

சொல்பவர் திருமதி சரிகா - கணவர் கமலஹாசன் தயாரிக்கும் படங்களுக்கெல்லாம் காஸ்டியூம் டிசைனர் இவர்தான்.

சாம்பல் நிறத்தில் ஜீன்ஸ் பேண்ட் (அவருக்கு மிகவும் பிடித்த உடையாம்) ஆரஞ்சு நிறத்தில் நீளவாக்கில் கோடு போட்ட வெள்ளைக் கலர் தொள தொளா சட்டை. திரண்பேடி ஸ்டைலில் ஹேர்-கட். முன்னெற்றியில் அவ்வப்போது வந்து விழும் முடியை அடிக்கடி பின்னுக்குக் கைகளால் கோதி விட்டபடி, சரளமான ஆங்கில நடையில் சரிகா தீபாவளிக்காக உங்கள் உடைகள் 'சம்திங் ஸ்பெஷல்' ஆக இருக்க, அளித்த டிப்ஸுகள் :-

"உங்கள் உடை உங்கள் குணாதிசயங்கள் பற்றி பறைசாற்றி விடும் திறன் கொண்டவை. நீங்கள் உடுத்தும் உடைகள் பெரும்பாலும் காஷுவலாக, சௌகரியமாக அட்ஜஸ்ட் பண்ணக்கூடியதாக இருக்க வேண்டும்.

இந்தியப் பெண்கள் பொதுவாக புடைவை, சுடிதார், மிடி, பாண்ட் (வடிவமைப்பு கொஞ்சம் அப்படி இப்படி மாறி இருந்தாலும்) என்று இந்த நான்கைத்தான் மாற்றி மாற்றி போட்டுக் கொள்ள முடியும். உடைகளை ரெடிமேடாக வாங்கும்





★ இவர்களின் உடைகள் ஸிமியின் கைவண்ணம்...

போதும், அல்லது பிரத்யேகமாக தைத்தா லும் சரி தேர்ந்தெடுப்பதில் கொஞ்சம் கற்ப னையைக் கலந்து கொண்டால் போதும் எந்தக் கும்பலிலும் உங்கள் உடை 'சூப்பர்' என்கிற சர்டிபிகேட்டை சுலபமாக வாங்கி விடும்.

எந்தக் கலர் உடையாயினும் சரி அது உங்கள் உடல் நிறத்திற்கு ஒத்துப் போகிற மாதிரி இருப்பது மிக அவசியம். நமது இந்திய சீதோஷ்ணத்திற்கு பெரும்பாலும் வெளிர் நிறங்கள் மிகவும் ஏற்றது.

பணம் அதிகம் செலவழித்தால்தான் அழகழகான துணிகளை வாங்கி அடுக்க முடியும் என்கிற நினைப்பு தவறானது. இதற்கு ஒரு சின்ன உதாரணம் சொல்கி றேன். 2 மீட்டர் துணி வாங்கி காட்டன் சட்டை தைக்கணும்னு வைத்துக் கொள் ளுங்கள். அதில் 1 மீட்டர் கருப்பும் மீதி 1 மீட்டர் (க்ரே) சாம்பல் கலரும் வாங்கி பாதி பக்கம் கருப்பு மீதி பக்கம் சாம்பல் நிறம் என தைத்துப் பாருங்கள் அல்லது ஒரு கலரை பேஸிக்காக (அடிப்படையாகக்) தைத்து மற்றதை காலருக்கு மற்றும் பாக்கெட்டுக்கு உபயோகித்துத் தைத்தால் அழகாக இருக் கும். இந்த மாதிரி ஒத்துப் போகக்கூடிய நிறங்கள் பலவற்றில் இம் முறையைக் கை யாளலாம். ரெடிமேடிலும் இதுபோல இருக் கிறதா எனப் பார்க்கலாம்.

உங்கள் உடல் வடிவமைப்பு உங்க ளுக்கு அத்துப்படி. அதற்கேற்றாற்போல உடைகள் அமைத்துக் கொள்வது அவசியம். நாம் சாதாரணமாகச் செய்யும் தவறுகளில் சில இதோ :-

குண்டாக இருப்பவர்கள் சிலர் பிடிப் பாக உடை அணிந்து விட்டால் சிக்கென்று கச்சிதமாக இருக்கும் என்று நினைத்து விடு கிறார்கள். இன்னும் சிலர் தொள' தொள வென்று கொஞ்சம் லூசாக போட்டுக் கொண்டால் அட இளைச்சிருக்கியே' என்று மற்றவர்களின் பாராட்டைப் பெறலாம் என்று கணக்குப் போடுவார்கள். இரண் டுமே தவறு. மீடியமாக உடைகளைத் தைத் தால்தான் ஓரளவு சமாளிக்கலாம். அப்பவும் இடுப்பு, கைகளில் சதை இருக்கும் இடத்தை மறைக்கும்படி தைத்துக் கொள்வது நல்லது. பெருத்த சரீரத்தைப் பெற்றவர்கள் கருப்பு உடைகளை அணிந்தால் கண்டிப்பாக சிறிது ஒல்லியாக தெரிவார்கள். துணிகளில் உள்ள பிரிண்ட்கள் சின்னச் சின்னதாக இருப்பது மிக அவசியம். கட்டம் போட்ட வகைய றாக்களை கண்டிப்பாகத் தவிர்க்க வேண் டும்.

இப்போது உடைகளுக்கு வருவோம்.

புடைவை + ரவிக்கை. இதிலே லைட்-கலர்-காம்பினேஷன் ஒத்துப் போகாது. வெளிர் நிறத்திற்கு ஆழ்ந்த வண்ண ரவிக் கையோ அல்லது ரவிக்கைக்கு, புடைவை வெளிர் நிறத்திலே இருந்தால் நன்றாக இருக் கும் என்று நம்மவர்கள் நினைப்பதுண்டு. அது தவறு. இந்த வகை உடையில் ரவிக்கை தைத்துக் கொள்வதில்தான் உங்களின் தனித் தன்மை வெளிப்படும். 'ப' 'ரவுண்ட்' 'வி' இப்படிப் பலவகை கழுத்து டிசைன்களை மாற்றிக் கொடுத்தும் அல்லது சன்னல் வைத் தும் தைப்பதில் நீங்களே சில புதிய முறை களை ஓரமாக, நடுவே, அல்லது கீழே என்று தையற்காரருக்கு ஆலோசனை கூறி அதன் படி தைத்துக் கொள்ளுங்கள். அடுத்த முறை 'அட்வைஸ்' கேட்டு அவரே உங்களை நாடு வார்.

சல்வாருக்கு 'மவுசு' இப்போது சரிந்து விட்டது. கண்களைச் சுழற்றினால் எங்கும் சுடிதார் மயம்தான். அவைகளை எந்த நிறத் தில் வாங்கினாலும் சரி இடுப்பிலிருந்து

கால் வரைக்கும் 12 'இன்ச்'சிற்கு 'ஃப்ளேர்' வைத்துத் தைக்கச் சொல்லுங்கள் உங்கள் டெய்லரிடம். அதுதான் சரியான, அழகான, கடிதார் டைப். ரெடிமேடிலும் இந்த டைப் வாங்கலாம். கடிதாருக்கு 'செப்பல்' போடும் வழக்கம் இங்கு அதிகமாக உள்ளது. கால்களை மூடிய ஷூக்கள் போட்டால் பிரமாதமாக இருக்கும். இது எல்லா வகை உடைகளுக்கு பொருந்தக்கூடியது.

முட்டிக்குக் கீழே மூன்றே மூன்று 'இன்ச்' கீழிறங்கி உள்ள 'country skirt' - காலேஜ் பெண்களின் கவனத்தை ஈர்க்கும். இடுப்பிலிருந்து அகல, அகலமாக ஃப்ளேர் இருப்பது அவசியம். மெல்லிய இடை கொண்ட பெண்கள் இதை உடுத்தும் போது அகல பெல்ட் போட்டுக் கொண்டால் எடுப்பாக இருக்கும். சாதாரண சைஸில் இருப்பவர்கள் அகலம் குறைவாக உள்ள பெல்டுகளை அணியலாம். குண்டாக இருப்பவர்கள் பெல்ட் பக்கம் கண்களைத் திருப்பாதீர்கள்.

ஜீன்ஸ், பேண்ட், டைட் பேண்ட் இப்படிப் போடும் உடைகளுக்கு மேலே தொள தொள சட்டை போட்டால் 'ஜம்'மென்று இருக்கும். காலை வேளைகளில் லைட் கலர் காம்பினேஷனுடன் போடுவது நல்லது.

நமது சீதோஷ்ண நிலைக்குக் காட்டன் துணிகள்தான் நல்லது. மெலிதான லினன்+ காட்ரே காட்டன் அல்லது லினன் + சில்க் காட்டன் இந்த வகையில் துணிகளை வாங்கி 'மிக்ஸ்' பண்ணி (டாப், பாட்டம்) தைக்கலாம்.

ஒத்துப் போகக்கூடிய நிறங்கள்
கருப்பு + சாம்பல் நிறம்
பிஸ்தா பச்சை + லெமன் மஞ்சள்
வெள்ளை + பிங்க்
பிங்க் + வெளிர் கத்தரிப்பூ கலர்.

விழாவோ, அல்லது விசேஷமோ - காலையில் போடும் உடைகள் வெளிர் நிறத்திலிருந்தால்தான் எடுபடும். வெயில் சமயமானால் கருப்பு சம்பந்தப்பட்ட எந்தக் கலரையுமே போடாதீர்கள். மாலை வேளை விசேஷங்களுக்கு மெரூன், மஞ்சள், மஸ்டர்ட் இப்படி ஆழ்ந்த நிறங்களை உபயோகிக்கலாம்.

உபரியாக சில :-

எப்போதுமே மேக்-அப் போடுவதைத் தவிர்க்கப் பாருங்கள். ஆழ்ந்த கலர் உதட்டுச் சாயம், ஐ ஷேடோ கண்டிப்பாக வேண்டவே வேண்டாம். காஜல் நல்லது. அதுவும் இரவு படுக்கைக்குப் போகுமுன் ஞாபகமாக அழித்து விடுங்கள். இல்லையெனில் கண்ணிற்குக் கீழே கருவளையம் உருவாகும்.

இன்னொரு சின்ன 'போனஸ்' ஐடியா. வெள்ளை நிறத்தில் பூக்கள் ஏதாவது போட்ட துணி வாங்கி 'ஸ்கர்ட்' தைத்தால் அதை டபுள் ஸ்டிச்சாக தைத்துக் கொடுக்கச் சொல்லுங்கள். 'டூ இன் ஒன்' உடை எந்த சைடு வேண்டுமானாலும் போட்டுக் கொள்ளலாம்.

'தீபாவளி ஸ்பெஷல் உடை' என்ன என்று கேட்பீர்களானால் எனது ஓட்டு என்றைக்குமே நமது பாரம்பரிய உடை புடவைக்குத்தான். அதில் உள்ள அழகு வேறெதிலும் கிடையாது என்று அடித்துச் சொல்வேன்.

இப்படி உடைகள் விஷயத்தில் ஆலோசனைகள் பல கூறியிருந்தாலும் அவை யாவும் ஒரு பொதுவான யோசனைகள் தான். அணியப் போவது நீங்கள். உங்கள் உருவத்தைப் பற்றிச் சரியாகக் கணிப்பவர் நீங்கள் ஒருவர் மட்டுமே. ஆலோசனையை ஏற்றுக் கொண்டு உடைகளைத் திறம்பட அமைத்துக் கொள்வது உங்கள் கையில்தான் உள்ளது!

"சரி இவ்வளவு தூரம் சொன்னீர்கள். தீபாவளி இனாமாக ஒரு சின்ன கேள்வி. சாதாரண உடை அணிவதற்கும், திரையில் அணிவதற்கும் (அதே கலரை) ஏதாவது வித்தியாசம் உள்ளதா? காஸ்டியூம் டிசைனராக என்ன புதுமையை திரையில் நீங்கள் செய்திருக்கிறீர்கள்."

"ஒருவர் அவருக்குப் பிடித்த நிறத்தில் எவ்வகையான உடைகளையும் சாதாரணமாக அணிந்து கொள்ளலாம். ஆனால் அவரே ஒரு நடிகராக 'கேமரா' முன் நிற்கும் போது அவரது உடை அவருடைய எண்ணப்படி மட்டுமல்ல, காஸ்டியூம் டிசைனர், இயக்குனர், காமிராமேன், கலை இயக்குனர் என்று இவர்களின் ஒட்டுமொத்த ஆலோசனைப்படிதான் அமைய வேண்டும். கதாபாத்திரங்கள் அறிமுகமாகும் போது அவர்களின் உடைகளே அவர்களை முதலில் அறிமுகப்படுத்த வேண்டும். உடை, அதை அணிந்துள்ள விதம் இவற்றிலிருந்தே நேரக்டரைப் புரியச் செய்ய வேண்டும். அப்புறம் தான் வசனம். அப்படிச் செய்பவரே சிறந்த காஸ்டியூம் டிசைனர் என்பேன்!"

"மாடர்ன் டிரஸ் அணிவதில் திரையுலகில் கைதேர்ந்தவர்?"

"கௌதமி!"

பேட்டி : கீதாமோஹன்

எலுமிச்சம்பழங்களை ஒரு எவர்சில்வர் டப்பாவில் போட்டு மூடி ஃப்ரிட்ஜில் வைத்தால், அனல் பறக்கும் வெயில் காலத்தில் கூட 25 நாட்கள் வரை ஃப்ரெஷ்ஷாக இருக்கும். வாரம் ஒருமுறை ஈரம்போகத் துடைத்து வைத்தால் போதும். கறிவேப்பிலை கொத்துமல்லி கூட இந்த முறையில் நீண்ட நாட்களுக்கு வாடாமல், அழுகாமல் இருக்கிறது.

- ராதா நாகராஜன்



''சொட்டு நீலத்துடன்''
வழங்கப்படும் இலவசப் பரிசுகள்
என்றுமே என்னைக் கவர்ந்தது இல்லை.



பொதுவாக ஒரு பொருளை நுகர்வோர் நிராகரிக்கும்போது, அதன் தயாரிப்பாளர் தனது விற்பனைக்கு கைகொடுக்க, பயன்படுபவையே இந்த இலவசப் பரிசுகள் :

ஆனால் 'உஜாலா'வின் சிறப்பே தனி

நமக்கு தேக்கரண்டி அளவுகள் தேவை யில்லை ?

உஜாலாவின் நான்கு ''துளிகளே'' போதும் ஒரு லிட்டர் நீருக்கு.

உபயோகிப்பவர்களுக்கு

உஜாலாவின் ஒவ்வொரு துளியும் துணிகளில் நிரந்தரமான வெண்மையை உண்டாக்கி மனதில் நிறைந்த திருப்தியை தருகிறது. நீரில் எளிதாக கரைந்து துணிகளின் இழைகளில் உடனடியாக உறிஞ்சப்பட்டு இன்ஸ்டண்ட் ஆக்ஷன் மூலம் ஒரே சீராக பரவும் தன்மையை உடையது. உடைகளின் அழுக்கை நீக்கி துணிகளுக்கு பளபளப்பான வெண்மையை தருகின்றது.
ORAL TOXICITY TEST சோதனை மற்றும் SKIN IRITATION TEST சோதனையில் சருமத்திற்கு எந்த கெடுதலையும் உண்டாக்காது என்ற சான்றிதழ் பெற்றது உஜாலா. இது ஜோதி லேபரட்டரியின் ஒரு சிறந்த தயாரிப்பு ஆகும்.





JYOTHY LABORATORIES

Marketing Office:
44, Shivshakthi Ind. Estate, Marol,
Bombay-400 059.
Regd. Office: Sreekrishna Nagar
Bombay-400 066.

உஜாலா

புதிய காம்ப்ளான் - விட்டாமில்க் தாய்ப்பாலூட்டும் தாய்மார்களின் உணவின் குறை நிரப்ப விஞ்ஞான ரீதியாக தயாரிக்கப்பட்டது.

தாய்மையடையும் பருவத்தை விட, தாய்ப்பாலூட்டும் இப்போது உங்களுக்கு அதிக ஊட்டச் சத்துக்கள் தேவை. குழந்தைக்கு ஒழுங்காகவும் போதுமான அளவும் தாய்ப்பால் கிடைக்கச் செய்வதற்கு...



குழந்தைக்குச் சிறந்த உணவு தாய்ப்பால்.

தாய்க்குச் சிறந்தது எது ?

நித்தம் மூன்று கப் காம்ப்ளான் - விட்டாமில்க். காம்ப்ளானின் எல்லா நற் பயன்களையும், அதோடு, இந்த கூடுதல் ஊட்டச் சத்துக்களையும் உங்களுக்கு வழங்கிடும்:

கூடுதல் ஃபாலிக் ஆஸிடு
கூடுதல் பால் புரதம் (22.2 கிராம்)
கூடுதல் வைட்டமின்கள் A, B_6 C, கூடுதல் இரும்புச்சத்து, அயோடின், கால்ஷியம், ஸிங்க் மற்றும் மங்கனீஷியம்.

இது உங்களுக்கும், சிசுவின் ஆரோக்கியத்திற்கும் அத்தியாவசியமானது.

நித்தம் பருகுங்கள்

புதிய காம்ப்ளான்®

விட்டாமில்க்®

உடல் நலத்தின் உறைவிடம் கிளாக்ஸோ.

GL/92/402 c TM



இது தீபாவளி நேரம். பட்டாசுகளின் ஓசை காதைத் துளை செய்ய – வெளிச்சமோ கண்களைப் பறிக்கும். தப்பித் தவறி தீ விபத்தில் சிக்கினால் முதலில் பாதிக்கப்படுவது நம்முடைய தோல்தானே? அதன் பின்பு கண்களும் கூட பாதிக்கப்படும். சாதாரண சிறிய காயமாகவும் இருக்கலாம் – சில சமயம் உயிரே போகக்கூடிய அளவு மிகவும் மோச மான நிலையும் ஏற்படக்கூடுமல்லவா?

இதுபோன்ற விபத்துக்கள் ஏற்படும் போது செய்ய வேண்டிய முதலுதவிகள், விபத்து மிகவும் மோசமாகி ஊனங்கள் ஏற்படும் நேரம் மேற்கொள்ள வேண்டிய சிகிச்சைகள் பற்றியும் அறிய காஸ்மெடிக் பிளாஸ்டிக் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் திரு. ஆர். முருகேசன் அவர்களைச் சந்தித்த போது –

“கூடுமானவரை தீ விபத்துக்களைத் தவிர்த்தலே நலம் தரும். தீயினால் விளையும் கஷ்ட நஷ்டங்களையும், தீராத ஊனங்களையும், உயிர்ச் சேதங்களையும் நாம் மனத்தில் கொண்டால் தாராளமாக எப்போதுமே மிக முன்னெச்சரிக்கையுடன் செயல்படுவோம்.

நம்மையும் மீறிய ஒரு நிலையில் விபத்து நடந்து விடும் நேரம் செய்ய வேண்டிய முதல் உதவிகளையும் பார்க்கலாம். தோல் எரிந்து போவதில் மூன்று நிலைகள் உண்டு. முதல் நிலையில் மேலே உள்ள மெல்லிய தோல் மட்டுமே பாதிக்கப்படும். எனவே அந்த இடம் சிவந்து எரிச்சலுடன் காணப்படுவதுடன் வலியும் இருக்கும். இரண்டாவது நிலை காயத்தில் மேல் தோலுடன் அடித் தோலின் பாதியும் கூட எரிந்து போய் விடுகின்றது. சிவப்பு அல்லது வெளிர் சிவப்பாக இருப்பதுடன் எரிச்சலும், வலியும் இருக்கும். 3-வது நிலை மேல் தோல், அடித்தோல் அனைத்துமே எரிந்து போன கடுமையான நிலை. இப்படிப் பாதிக்கப்பட்ட இடம் வெண்மையாகவோ,

பட்டாசு வெடிக்கும் நேரம்...

கறுப்பாகவோ இருக்கும். ஆனால் வலியோ, எரிச்சலோ எதுவுமே இருக்காது. முதல் இரண்டு நிலைகளில் நரம்புகளின் நுனிகள் திறந்திருப்பதால்தான் வலியும் எரிச்சலும். 3-வது நிலையில் நரம்பு நுனிகள் எரிந்து போய் விடுவதால் வலிகளை நம்மால் உணர முடிவதில்லை.

தீப்புண் ஏற்பட்ட உடனேயே - அது எந்த நிலையாக இருந்தாலும் குளிர்ந்த சுத்தமான நீரை பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் (தொடர்ந்து 10 முதல் 15 நிமிடங்கள்) ஊற்ற வேண்டும். தீ அணைந்து போனாலும் தீயின் வீரியம் சுமார் 15 நிமிடங்கள் வரை தோலுக்கு அடியில் இருக்கும். முன்பெல்லாம் 'தண்ணீர் ஊற்றினால் கொப்பளித்து விடும் - ஜன்னி கண்டு விடும்' என்பார்கள். இது மிகவும் தவறான ஒரு கருத்தாகும். தற்போதைய தீ விபத்தின் சின்னமே எரியும் தீயில் நீர் ஊற்றுவதுதான். ஆனால் தண்ணீர் ஊற்றும் போது வேகமாக ஊற்றுதல் கூடாது. குழாயிலிருந்து நேரடியாகக் காயத்தில் விழும்படி செய்தாலும் கூட அது மெதுவாகத்தான் விழும்படி செய்ய வேண்டும். வேகமாக ஊற்றினால் தோல் வழண்டு போகும். குளிர்ந்த நீர் என்றாலும் அது மிகவும் குளிர்ந்ததாக (ஜில்லென) இருக்கக் கூடாது. இப்படிச் செய்வதனால் தீப்புண்ணின் வீரியம் குறையும். மஞ்சள் தூள், இங்க் போன்றவைகளை ஒருபோதும் போடவே கூடாது. நாமாக எந்த மருந்தையும் போட்டுக் கொள்ளக் கூடாது. ஒரு மருத்துவரை உடனடியாகப் பார்க்க வேண்டும்.



* முருகேசன்

* ஏஞ்சலிகந்தா



முதல் இரண்டு நிலைகளுக்கு மாத்திரை, களிம்பு போன்றவைகளை 5 முதல் 7 நாட்களுக்கு எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். 3-வது நிலையில் தோல் முழுவதுமே எரிந்து விடுவதால் 'ஸ்கின் கிராப்ட்' எனப்படும் அறுவை சிகிச்சை செய்வது அவசியம். உடலின் வேறு பகுதியிலிருந்து தோல் எடுத்து பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் ஒட்ட வைப்பது தான் இந்த சிகிச்சை. இந்தத் தோல் ஒட்டுதல் சிகிச்சையைச் செய்யாமல் விட்டு விட்டால் தீப்புண் ஆறிய பின்பு தோல் சுருங்கி பாதிக்கப்பட்ட கை, அல்லது கால் அல்லது விரல்கள் பிடித்துக் கொண்டு நீட்டி மடக்க முடியாத நிலைக்குப் போய்விடும்.

இதுபோன்ற ஒரு காயம் முகத்தில் ஏற்பட்டால் தழும்புகள் பெரியதாக இருக்கும். கண் இமைகளை மூட முடியாது கண்கள் திறந்தபடி இருக்கும். இதனால் பார்வை இழக்கவும் கூட வாய்ப்பு உண்டு. மூக்கில் தீப்புண் ஏற்பட்டால் மூக்கு ஒருபுறமாகத் திரும்பி விடும். உதடுகள் பாதிக்கப்பட்டால் வாய் ஒருபுறமாகக் கோணி விடும். ஆரம்பத்தில் இதைக் கவனிக்காமல் விட்டு - இது போன்ற ஒரு நிலை ஏற்பட்ட பின்பு கூட பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி மூலம் இதைச் சரிசெய்யலாம். தடித்த தழும்புகளை நீக்கி, மடங்கிய விரல்களை நீட்டி, பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் வேறு தோல் போட்டு சரிப் படுத்தி விட முடியும்.

தீ காயத்தினால் தலை மற்றும் புருவ முடிகள் கூட உதிர்ந்து விட வாய்ப்பு உண்டு. 'ஹேர் டிரான்ஸ்ப்ளேன்ட்டேஷன்' முறையின் மூலம் முடியை நன்கு (பழையபடி) வளர வைக்க முடியும்.

முதல் நிலை தீக்காயமென்றால் ஆஸ்பத்திரியில் சேர வேண்டிய தேவையில்லை. புறநோயாளியாகவே சிகிச்சை செய்து கொள்ளலாம். 2-ம் நிலைக்கு ஒரே ஒரு நாள் ஆஸ்பிடலில் சிகிச்சை பெற்ற பின்பு 7 நாட்கள் புறநோயாளியாக சிகிச்சை பெற வேண்டும். 3-ம் நிலை என்றால் தோல் மாற்றம் செய்ய ஆஸ்பத்திரியில் 7 நாட்களும், 2 வாரங்கள் புறநோயாளியாகவும் சிகிச்சை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

உடல் பரப்பளவில் 50 சதவிகிதம் தீ காயத்தினால் பாதிக்கப்பட்டால் உயிருக்கே மிகவும் ஆபத்தான நிலை. ஒன்று அல்லது இரண்டு மாதங்கள் கூட ஆஸ்பத்திரியில் இருந்து வைத்தியம் செய்து கொள்ள வேண்டும். தோல் சுருங்கி, விரல்கள் மடங்கிய நிலையில் வருபவர்கள் என்றால் ஆஸ்பத்திரியில் 2 வாரங்களும், 3 வாரங்கள் புறநோயாளியாகவும் சிகிச்சை பெற வேண்டும்'' என்றார் டாக்டர்.

ஊனங்களை மாற்ற மட்டுமின்றி விகாரங்களை மாற்றி அழகாக ஆவதுடன் - தங்களின் அழகையும் கூட்டிக் கொள்ள பெருந்துணை செய்யும் இந்த காஸ்மெடிக் சர்ஜரி அறுவை சிகிச்சை. கோணலான மூக்கு, தொங்கும் உதடுகள், பெருத்த தாடை, அளவில் மிகப் பெரிய - அல்லது சிறிய மார்பகங்கள் போன்றவற்றை நேராக்கிக் கொள்ள முடியும். வயிறு மற்றும் பின்புறமுள்ள தேவையற்ற கொழுப்பை 'ஃபேட் சக்ஷன் முறையில் (அறுவை ஏதுமின்றி) ஒரு சிறு துளை போட்டு உறிஞ்சி எடுத்து

உங்கள் குழந்தை துறுதுறுவென இருக்க சமவிகித ஊட்டச் சத்து தேவை.

துறுதுறுவென இருப்பதற்குத் தேவையான சக்தியைப் பெறுவதற்கு, உங்கள் குழந்தைக்கு 'சரியான' கலோரிகள் தேவை. புரோட்டீன்களும், கார்போஹைட்ரேட்ஸும், கொழுப்புச் சத்தும் சரியான சமச்சீர் விகிதத்தில் கலந்திருந்தால்தான் இந்தக் கலோரிகள் கிடைக்கும்.

இந்தச் 'சரியான' கலோரிகள் கிடைக்க வேண்டுமானால் இதற்குச் சிறந்த வழி ஊட்டச் சத்துக்கள் சம விகிதத்தில் கலந்த உணவைக் கொடுக்க வேண்டும்.

உங்கள் டாக்டரிடம் கேளுங்கள் சொல்லுவார், உங்கள் குழந்தைக்கு 4 மாதங்கள் ஆன பிறகு பால் மட்டுமே போதாது. ஒவ்வொரு வேளையும், ஒவ்வொரு நாளும், ஒவ்வொரு வாரமும் ஊட்டச் சத்துக்கள் சம விகிதத்தில் கலந்த திட உணவை உங்கள் குழந்தைக்குத் தர வேண்டும்.

எனவேதான் தாய்மார்கள் செரிலாக்கைத் தேர்ந்தெடுக்கின்றனர். ஊட்டச் சத்துக்கள் சம விகிதத்தில் கலந்த உணவான செரிலாக்கில் புரோட்டீன்கள் செறிந்துள்ள இரண்டு முக்கிய பொருட்களான பாலும் கோதுமையும் உள்ளன. கொழுப்புச் சத்து, கார்போஹைட்ரேட்ஸ், இரும்புச் சத்து, கால்சியம் ஆகிய சத்துக்களும் சரியான அளவில் கலந்துள்ளன. மேலும் இதற்கு வைட்டமின்கள் A,D,E,B–காம்ப்ளெக்ஸ் மற்றும் C பலம் சேர்க்கின்றன.

இன்னுமொரு சிறப்பு. செரிலாக் இப்பொழுது நெஸ்லேயின் புரட்சிகரமான புதிய Z-வகை என்ஸைமேட்டிக் முறைப்படி தயாரிக்கப்படுகிறது. இதனால் தானியங்கள் எளிதில் ஜீரணமாவதற்காக முன்கூட்டியே பக்குவப்படுத்தப்படுகின்றன. செரிலாக் மிக எளிதில் ஜீரணமாகி விடுகிறது. மிருதுவாகவும், சுவையாகவும் இருக்கிறது.

எனவே, உங்கள் குழந்தைக்கு 4 மாதங்கள் ஆனதும் செரிலாக் கொடுங்கள். ஏனென்றால், இதில் 'சரியான' அளவு கலோரிகள் உள்ளன. ஏனென்றால், உங்கள் குழந்தை துறுதுறுவென இருப்பதற்குத் தேவைப்படும் ஊட்டச் சத்துக்கள் சம விகிதத்தில் கலந்த திட உணவு இது.

புதிய சர்வதேச பேக்

Nestlé CERELAC Wheat

உங்கள் குழந்தைக்கு அளியுங்கள் ஸெரிலாக் அனுகூலம்

விட முடியும். குழந்தைகள் பிறந்த பின்பு பெண்களுக்கு வயிற்றில் ஏற்படும் சுருக்கங்களைக் கூட அகற்றி விட முடியும். 30, 35 வயதுக்கு மேல் முகத்தில் ஏற்படும் சுருக்கங்களை நீக்கி என்றுமே இளமையுடன் வாழ வழி செய்கிறது இந்த ப்ளாஸ்டிக் காஸ்மடிக் சர்ஜரி. வழுக்கைத் தலை என்பது ஆண்களில் பலருக்குத் தீராத பிரச்னை. 'ஹேர் டிரான்ஸ்ப்ளேன்டேஷன்' முறையின் மூலம் வழுக்கைத் தலையிலும் முடி வளர்க்க முடியும். சில ஆண்களுக்குப் பெண்கள் போல மார்பக வளர்ச்சியிருக்கும். இதை நீக்கி விடும் இந்த அறுவை சிகிச்சை முறை. இந்த சிகிச்சைக்காக ஆஸ்பத்திரியில் ஒன்றிரண்டு நாள் தங்கினால் போதும். ஆனால் வீட்டில் கட்டாயம் ஒரு வாரம் ஓய்வெடுக்க வேண்டும். இவைகளுக்குச் சுமார் ஐந்தாயிரம் முதல் பத்தாயிரம் செலவாகும். அழகில்லை என்பதால் திருமணம் தடைபடும் பலருக்கும் இந்த அறுவை சிகிச்சைகள் - நல்லதொரு வழி காட்டும் என்கிறார் அப்போல்லோ மருத்துவமனையில் பணிபுரியும் டாக்டர் முருகேசன்.

கண் வைத்திய நிபுணர் திருமதி. ரஜினிகந்தா :-

''முகத்தில் தீக்காயங்கள் ஏற்படும் போது கண்கள் மிகவும் மோசமாக - சரி செய்யவே முடியாத வகையில் பாதிக்கப்படுவதுடன் பார்வையையே இழக்கவும் நேரிடலாம். தீக்காயங்கள் ஏற்பட்ட பின்பு வைத்திய முறைகளைத் தேடி ஓடுவதை விட அவைகள் ஏற்படாமல் தவிர்ப்பதே நலம்.

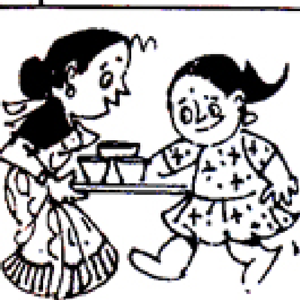
பட்டாசுகள் கொளுத்தும் போது மத்தாப்புக் குச்சிகள், தீக்குச்சிகள் போன்ற சிறிய குச்சிகளைத் தவிர்த்து நீண்ட வத்திகள் போன்றவைகளினால் பற்றவைக்க வேண்டும். பற்றவைக்கும் பட்டாசின் அருகே - அல்லது அதன் பக்கமாக முகத்தை வைத்துக் கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். புஸ்வாணம், பட்டாசுகள் போன்றவைகளைப் பற்றவைத்த பின்பு அவை செயல்பட ஓரளவு நேரம் தர வேண்டும். சில சமயம் இந்த நேரம் கூடக் கூட செய்யலாம். பற்றவைத்த ஒன்றிரண்டு நிமிடங்களிலேயே ''என்ன இன்னும் புகை கூட வரவில்லை'' என ஆர்வத்துடன் வேகமாகச் சென்று குனிந்து பார்ப்பதனால்தான் பல மோசமான விபத்துக்கள் ஏற்படுகின்றன. சில குழந்தைகள் வெடிக்காத பட்டாசுகளைப் பிரித்து ஒரு பொட்டலமாகக் கட்டி அதையும் கூட பற்ற வைப்பர். இது அறவே தவிர்க்கப்பட வேண்டிய ஒன்று. சில சமயம் புஸ்வாணம், சக்கரம் போன்றவைகள் கூட வெடிப்பது உண்டு. எதிலுமே எச்சரிக்கையுடன் இருப்பது நல்லது.

சரி எத்தனை எச்சரிக்கையாக இருந்த போதிலும் விபத்து என நேர்ந்து விடும் போது கண்களுக்கான முதலுதவி கண்களை நன்கு குளிர்ந்த சுத்தமான நீரினால் கழுவ வேண்டும். பட்டாசு வெடிக்கும் போது அருகிலேயே குளிர்ந்த நீரை வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். குளிர்ந்த நீரினால் கழுவுவதால் பட்டாசுகளில் உள்ள இரசாயன (ஆசிட் மற்றும் ஆல்கலி) பொருட்கள் கண்களிலிருந்து வெகு எளிதாக வெளியே வந்து விடும். விடாமல் தொடர்ந்து 10 முதல் 15 நிமிடங்கள் குளிர்ந்த நீரினால் கண்களை நன்கு அகற்றி கழுவுவதாலேயே ஓரளவு பலன் இருக்கும். நீர் மிகவும் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும். சில சமயம் இந்த இரசாயனப் பொருட்கள் விழித்திரை வரை கூடச் செல்லக்கூடும்.

கண்களைக் கழுவிய பின்பு கண் வைத்திய நிபுணரிடம் கண்டிப்பாகச் செல்ல வேண்டும். எஞ்சியுள்ள இரசாயனத் துகள்களை கண் வைத்தியர் எளிய முறையில் அகற்றி விடுவார். மிகவும் உள்ளே சென்று தங்கி விட்டவைகளை அகற்ற அறுவை சிகிச்சை மேற்கொள்ள வேண்டியும் கூட நேரிடலாம். எனக்குத் தெரிந்த ஒருவர் தன் வீட்டு வாசல் திண்ணையில் உட்கார்ந்திருந்த போது பக்கத்தில் யாரோ வெடித்த பட்டாசினால் கண்கள் வெருவாகப் பாதிக்கப்பட்டு கருவிழி முழுவதுமே ஒரேயடியாக வெண்மையாக மாறி விட்டது. எத்தனையோ சிகிச்சைக்குப் பின்பு கூட அவரால் பார்வையைப் பெற முடியவில்லை.

கண்களை இழப்பதென்பது ஈடுசெய்ய முடியாத ஒன்று என்பதை எப்போதுமே நினைவில் கொள்வதுடன், பெற்றோர்கள் பட்டாசு வெடிக்கும் நேரம் எல்லா வேலைகளையும் ஒத்திவைத்து விட்டு தங்கள் குழந்தைகளின் அருகிலேயே இருக்க வேண்டும்'' என்றார் டாக்டர்.

பேட்டி : வைதேகி தேசிகன்



தீபாவளி சமாளிப்பு

ஜாங்கிரி செய்த சமையல்காரர் ஓர் அடுக்கு ஜீரா மீதம் வைத்துவிட்டுப் போய்விட்டார். தீபாவளியன்று பாலில் சேமியாவை வேக வைத்து இறக்கி (கெட்டியாக) பாதி ஜீராவைக் கலந்தேன். இளம் ஆரஞ்சு நிறத்தில் பாயசம் நன்றாக இருந்தது.

மீதமிருந்த ஜீராவில் மைதா மாவில் நெய்விட்டு, நீர் தெளித்துப் பிசைந்து சிறுசிறு அப்பளங்களாக இட்டு, சிவக்கப் பொரித்துப் போட்டேன். ஜீரா போளி ரெடி. 'போளி'யோடு தீபாவளி விருந்து ஜோர். ஜீரா நஷ்டம் ஆகாமல், இரண்டு ஐட்டங்கள் செய்தேன்.

- கமலா

முற்றும் பாதுகாப்பானது. அதன் முக்கிய கவர்ச்சியம்சம் இதுவே!

சில்ப்பா

ஸ்டிக்கர் திலகம்

சுத்தமான சுகாதார முறையில் வடிவம் பெற்றது. கச்சிதமாக வெட்டப்பட்ட வடிவம். ஆய்வுக்கூடத்தில் பரிசோதிக்கப்பட்ட, பாதுகாப்பான கோந்து கொண்டது. சருமத்திற்கு மென்மையானது, பாதுகாப்பானது கோந்து சீராக பரவியுள்ளதை உறுதிப்படுத்துகிறது. உன்னத வெல்வெட் ஃபினிஷ். பட்டுப்போன்ற மென்மையான வெல்வெட், சில்ப்பா ஸ்டிக்கர் பிந்தியின் தனிச் சிறப்பு. அசல் குங்குமத்தின் அழகையும், கவர்ச்சியையும் தருகிறது.

டிப்ஸ் அண்ட் டோஸ்

தயாரிப்பாளர்கள் மூலம்



everest/93/SH/65-tml



ரத்த பாசம் இதுதானா?

கோமதி சுந்தரம்

'மியாவ்'

விசாலம் திரும்பினாள். வாசல் தோட்டத்தில் படி மேல் உட்கார்ந்திருந்தது அந்த வெள்ளைப் பூனை.

'சீ போ' பக்கத்திலிருந்த ஒரு கம்பை எடுத்து விரட்டினாள். லேசாக எழுந்த பூனை ஒரு அடி தள்ளி திரும்ப உட்கார்ந்து கொண்டது பக்கத்திலேயே.

வயிறு பெருத்திருந்தது. சரிதான். குட்டி போட நாட்களை எண்ணும் நிலையில் இருக்கு போலிருக்கு.

கனமாக இருக்குமோ, வயிற்றில் வலிக்குமோ. ஊஹூம் அவளுக்கு என்ன தெரியும். இதில் மட்டும் அனுபவம் இல்லையே, கல்யாணம் ஆன இந்தப் பதினெட்டு வருடங்களில்.

ஒரு சின்ன டம்ளரில் பாலைக் கொண்டு வந்து ஒரு பிளாஸ்டிக் டப்பாவில் விட்டாள். 'போ குடிச்சுட்டுப் போ'.

எழுந்திருந்து ஓடி வந்து பாலை ஒரே மூச்சில் குடித்தது. ''இன்னிக்குப் பால் விட்டயா இனிமேல் இங்கிருந்து போகாது'' என்றார் கணவர் ஸ்ரீராம்.

அவர் சொன்னது சரியாக இருந்தது. தினமும் வரத் தொடங்கியது. பாலை விடும் வரை போகாமல் உட்கார்ந்து அழிச்சாட்டியம் பண்ணத் தொடங்கியது.

போகட்டும் பிள்ளைத்தாய்ச்சியா இருக்கு. கால் வேற லேசா நொண்டி நொண்டி நடக்கிறது. குடிச்சுட்டுப் போகட்டும் என்று நினைத்துக் கொண்டாள் மனத்தில்.

பத்து நாளாயிற்று. திடீரென்று ஒரு நாள், ''பூனையைக் காணோமே, குட்டி போட்டிருக்கு போலிருக்கே'' என்றாள்.

குட்டியை எங்கே வைச்சிருக்கும்?

வராந்தாவில் வேண்டாத சாமான்களைச் சாக்குப் போட்டு மூடி வைத்திருந்தாள். அதில் அடிக்கடி உட்காரும் அந்தப் பூனை அங்குதான் குட்டியை வைச்சிருக்கும் என்று தேடித் தேடிப் பார்த்தாள்.

இல்லை.

''அதெல்லாம் இப்படிக் கண் முன்னால வைக்காது. கொஞ்ச நாளைக்கு ஆண் பூனையை கிட்ட நெருங்க விடாது. அது தின்னுப்புடும் குட்டியை'' என்றார்.

''இதென்ன கூத்து இப்படி எல்லாம் படைச்சிருக்கார் ஈசுவரன். பெத்த குட்டியையே தின்னும் மிருகம், பாவம் இந்தப் பெண் பூனை'' என்று அலுத்துக் கொண்டாள்.

இரண்டு மூணு நாளிலேயே தெரிந்து விட்டது. குட்டிகள், எலி மாதிரி கிரீச் கிரீச் என்று சத்தம் போடும் போது. வாசலில் வராந்தாவை ஒட்டி எப்போதோ போட்ட கையகலமே உள்ள ஒரு இரண்டடி நீளக் குழாய் கிடந்தது, ஓரமாக. அதுக்குள்ளே இருந்துதான் சப்தம் வந்தது.

''இதுக்குள்ளே நுழைஞ்சா தினம் பாலைக் குடிக்கறது. பாவம்'' என்றாள்.

''பெண் ஜன்மமே இப்படித்தான்'' என்று சொல்ல வந்தவர் அவளைப் புண்

படுத்தும் என்று தோன்றியதால் வாயை மூடிக் கொண்டார்.

பத்துப் பன்னிரண்டு நாட்களுக்கப் புறம் ஒருநாள் காலையில் எழுந்து கோலம் போட வந்தவள் கண்ணில் தோட்டத்தில் ஒரு மூலையில் வெள்ளைப் பூனையின் மடியில் கருப்பும் பிரவுனுமாக நாலு குட்டிகள் படுத்துக் கொண்டிருந்தது தெரிந்தது.

''இங்கே பாருங்களேன், நாலு குட்டி இருக்கு. எவ்வளவு சின்னதா இருக்கு'' குதூகலித்தாள்.

அந்தக் குட்டிகளுக்கு நடக்கக் கூடத் தெரியவில்லை. எழுந்திருந்து மெத்தென்று விழுந்தது கீழே. அம்மாவின் மடியைத் தேடியது. கண் கூட மூடின மாதிரியே இருந்தது. நாலு குட்டியும் ஒன்றின் மேல் ஒன்று மிதித்து ஏறி அம்மாவின் மடியைத் தேடித் தேடி பாலைக் குடித்தன.

பெரிசு சிவேனே என்று படுத்துக் கிடந்தது.

அன்று சாயங்காலம் ஜன்னலருகில் உட்கார்ந்து, இவர் வர நேரமாயிற்றே என்று வெளியில் பார்த்தாள்.

பெரிசு வாயில் குட்டியின் கழுத்தைக் கவ்வி உள்ளே கொண்டு வருவது தெரிந்தது.

வேண்டாத சாமான்களின் நடுவில் இரண்டு பெரிய உட்காரும் பலகாயை வைத்திருந்தான். மேலே சேர்ந்தும் கீழே விரிந்தும் கூம்பு மாதிரி இருந்தது. நடுவில் சாக்கு. மேலே குட்டிகளை வைத்து விட்டு வெள்ளைப் பூனையும் படுத்திருந்தது.

ஸ்ரீராம் உள்ளே நுழைந்ததுமே அவளிடம் காட்டினான். ''பார்த்தீங்களா இதோட சாமர்த்தியத்தை. வெளியில இருந்து பார்த்தால் கண்டுபிடிக்க முடியாத படி இடத்தைத் தேடி வைச்சிருக்கிறதை. இதுக்கெல்லாம் எப்படி புத்தி இருக்கு பாருங்க. யார் சொல்லிக் கொடுக்கறா இதெல்லாம்'' ஆச்சரியப்பட்டாள்.

'பெற்ற குழந்தைகள் என்றால் இப்படித்தான்' என்று வாய் வரை வந்தது. இனி கொஞ்ச நாள் பார்த்துப் பேச வேண்டும் என்று தோன்றியது ஸ்ரீராமுக்கு.

அடுத்த நாளிலிருந்து மழை கொட்டோ கொட்டென்று பெய்யத் தொடங்கியது.

''விசாலி இந்த மிருகங்களுக்கு மழை வரதுக்கு முன்னாலேயே தெரியும் அதுதான் முன்னாடியே குட்டிகளை மழை படாத இடத்தில் கொண்டு வச்சிருக்கு'' என்றார் ஸ்ரீராம்.

அவளுக்கு அதிசயமாக இருந்தது. இவ்வளவு நாட்களும் அவள் இதுபோன்ற விஷயங்களைக் கூர்ந்து கவனித்ததில்லை.

தான் உண்டு தன் வேலையுண்டு என்று இருந்து விடுவாள். வீட்டு வேலை, கதைப் புத்தகம், டீ.வி. எனக் கிடைக்கும் மிச்ச நேரத்தில் இரண்டு பேரும் பொதுவாகப் பேசிப் பொழுதைக் கழிப்பார்கள்.



குழந்தை இல்லை என்பதை எங்கே போனாலும் ஞாபகப்படுத்துவதால் அதிகம் அக்கம் பக்கம் வீடுகளுக்குப் போவதைக் குறைத்திருந்தாள். வழியில் பார்த்தால் சிரிப்பதோடு சரி.

இல்லாவிட்டால் என்ன பேச்சு பேசுவார்கள். ''ஏன் விசாலம் நீங்க அந்த புதுசா வந்த லேடி டாக்டர்கிட்டே போனீங்களா? அவங்க இத மாதிரி ரொம்ப வருஷமா குழந்தை இல்லாதவங்களுக்கு எல்லாம் ட்ரீட்மெண்ட் குடுத்து இன்னிக்குக் குழந்தையும் கையுமா இருக்காளாம்,'' என்பது மாதிரிதான் இருக்கும்.

முதல் ஐந்து வருடம் ஆனப்புறம் குழந்தை பிறக்கலை என்றதும் நிறைய விதம் விதமா சிகிச்சை வேண்டுதல் எல்லாம் பண்ணிப் பார்த்து, இனிமேல் ஊசி குத்தினால் கூட வலிக்கும் என்ற மனநிலை வரத் தொடங்கி விட்டது அவளுக்கு.

''எனக்கு இது ஒண்ணும் பெரிய குறையில்லை. வேணுமானா வேறே குழந்தையை எடுத்து வளர்க்கப் பிரியப்பட்டயானா சொல்லு'' என்றார்.

''வேண்டாம், சொந்தக் குழந்தை மாதிரி ஆகாது. மனசுல ஒட்டாம வளர்க்கணும்.''

அதோடு அந்தப் பிரச்னைக்கு ஒரு முற்றுப் புள்ளி வைத்து விட்டார்கள்.

அதற்கப்புறம் நாமிருவர் நாம் மட்டும் என்று நிம்மதியாகத்தான் இருக்கிறார்கள்.

இப்பொழுது இந்தப் பூனைக் குட்டிகள் வந்ததில் இருந்து அவளுக்குப் பொழுது போக்குக்கு ஒரு புதிய விஷயம் கிடைத்தது போலிருந்தது.

மத்தியானம் வராந்தாவில் சேரில் உட்கார்ந்து குட்டிகள் விளையாடுவதையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள்.

இங்கும் அங்கும் ஓடும். ஒன்று மேல் ஒன்று விழுந்து குஸ்திச் சண்டை போட்டுக் கொண்டது.

ஒன்று வாலை நீட்டினால் மற்றொன்று பாய்ந்து பிடிக்கும். அதற்குள் அது வாலைத் தூக்கி விடும். படிகளில் உருண்டு ஓடி விளையாடியது. ரோஸ் கலரில் வாயைத் திறந்து குஞ்சு நாக்கை நீட்டுவது இவளுக்கு ரொம்பப் பிடித்திருந்தது. சின்ன ஊசி முனை மாதிரி பற்களை வைத்துக் கொண்டு நூல்கண்டை உருட்டி உருட்டிப் பிய்க்கும்.

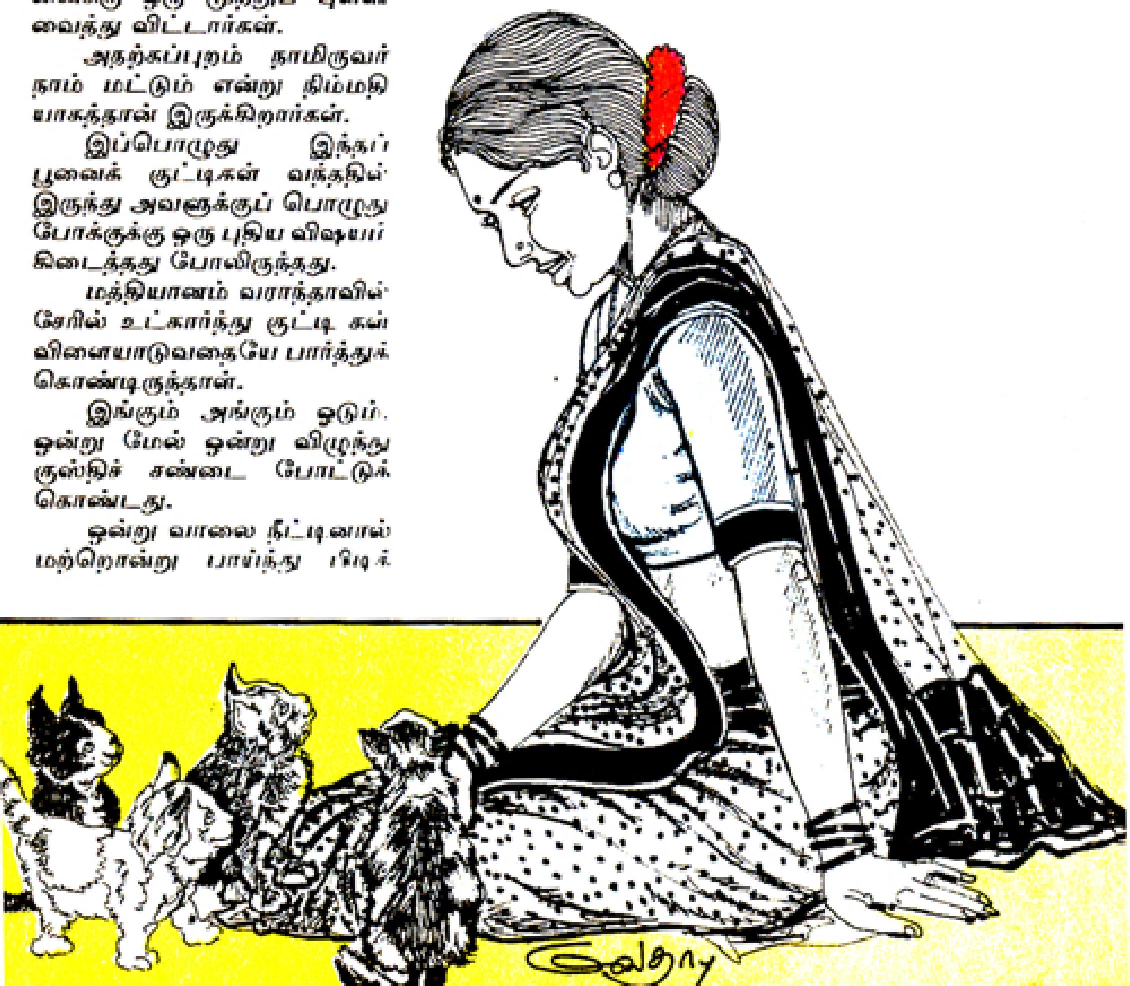
அப்புறம் இவள் பால் விட்டால் ஒன்று போல் எல்லாம் சேர்ந்து குடிக்கும். அப்புறம் தன் இடத்தில் போய்ப் படுத்துக் கொள்ளும்.

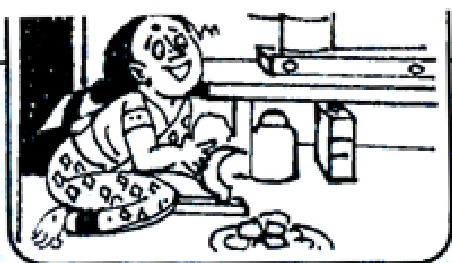
ஒன்று விளையாடியது ஒன்று தூங்கியது என்று இல்லை ஒன்றாக விளையாடியது ஒன்றாகத் தூங்கியது.

இதற்காகத்தான் இந்த மிருகங்களுக்கு மட்டும் நாலு ஐந்துன்னு குட்டிகள் குடுக்கறாரோ என்னமோ. பள்ளிக்கூடம் வேண்டாம். படிப்பு வேண்டாம் ஒன்னைப் பார்த்து ஒன்னு படிக்கக்கும் என்று.

நாலும் வாசல் கதவில் வந்து உட்கார்ந்திருக்கும். கதவைத் திறந்தால் பே, பே என்று நாலும் சேர்ந்து நாதஸ்வரம் மாதிரி கத்திக் கொண்டு இவள் பின் வரத் தொடங்கியது. மியாவ் என்று கத்தத் தெரியவில்லை.

''ஏம்மா பூனைக் குட்டி வளர்க்கிறீயளா'' என்றாள் பால்காரி செல்வி.





சேனைக்கிழங்கு செய்யும்போது அதை பெரிய பெரிய துண்டங்களாக நறுக்கி (ப்ரெட் ஸ்லைஸ் போல) குக்கரில் சாதத்திற்குமேல் ஒரு தட்டில் தண்ணீர் விடாமல் வேகவிட்டு எடுத்துக் கொண்டு, பின்பு கத்தியால் சிறு துண்டுகளாக்கிக் கொண்டு, உப்பு, மஞ்சள் பொடி, மிளகாய்ப் பொடி, சிறிதளவு கடலை மாவு தூவி, வாணலியில் கொஞ்சமாக எண்ணெய் விட்டு, பொன்னிறமாகப் பொரித்து எடுத்தால் சுவை கூடும்.

– கஜா கண்ணன்

''இல்லடியம்மா. இது இங்க குட்டி போட்டு வெச்சிருக்கு. பூனையை அடிச்சு விரட்டினா பாவம். அதுதான் தானே போகட்டும்னு இருக்கேன்'' என்றாள்.

''அதுதானே பார்த்தேன். நீங்கள்ளாம் பூனை வளர்க்க மாட்டீங்க இல்லியா அதான் கேட்டேன்'' என்றவள் தொடர்ந்து, ''அம்மா ஒரு இருபது ரூபாய் இருந்தா முன்பணமாக கொடுங்க. என் பொண்ணு காயலாக் கிடக்கு. வீட்ல மருந்து வாங்கணும்'' என்றாள்.

குழந்தைக்கு என்று கேட்டால் கொடுத்து விடுவாள் விசாலம். என்ன பாவம் பண்ணி இன்னிக்கு அம்மான்னு சொல்லக் குழந்தை இல்லாம இருக்கோமோ? பணம் போனால் போகட்டும். கொஞ்சம் பாவமாவது குறையுமே என்று தோணும். அது தெரிந்த இவர்களும் எப்பப் பார்த்தாலும் என் பையனுக்கு பீஸ் கட்டணும். பொண்ணுக்குப் புஸ்தகம் வாங்கணும்னுதான் கேட்பார்கள்.

நாற்பத்தைந்து நாளுக்கும் மேலாயிற்று. தினம் நாளை எண்ணினாள் விசாலம். ''இன்னும் பால் கொடுக்கிறது பாருங்க. என்ன இது அதிசயமா இருக்கு இல்லியா'' என்றாள்.

''ஆமாம் மனுஷங்களுக்குதான் பேப்பரில் போட வேண்டியிருக்கு. தாய்ப்பால் தான் குழந்தைக்கு ஆரோக்கியமான உணவு என்று'' ஒத்துப் பாடினார் ஸ்ரீராம்.

நான்கும் அதன் மேல் மிதித்து ஏறி மடியைக் குடைந்து தேடிப் பால் குடிக்கும் பொழுது எனக்கென்ன என்று நீளமாகப் படுத்துக் கிடந்தது பெரிசு.

''பெற்ற பாசம், ரத்தபாசம் என்பதெல்லாம் இதுதானோ. எனக்கு இனி ஏது இந்த பாசமெல்லாம், ம்'' என்று நினைத்தாலும் நீயே தின்னக் கொடுத்தால் பெரிய பூனை சோம்பேறி ஆகிவிடும். இரை தேடப் போகாது' என்று ஸ்ரீராம் எச்சரித்து விட்டுப் போயிருந்தபடி, பெரிசு இல்லாத போது குட்டிகளுக்கு மட்டும் பால் கொடுக்கத் தொடங்கினாள். ''அதுதான் வளர வேண்டியது. இதற்கெதுக்கு'' என்று சமாதானப் படுத்திக் கொண்டாள்.

''இதுக்குக் கண்ணு பாருங்க'' என்று ஒரு பந்தை நூலில் கட்டி குட்டியின் தலையின் மேலாக ஆட்டினாள். அது தலையைத் தூக்கிப் பார்த்தது. வலது பக்கம் இடது பக்கம் என்று மாறி மாறி அசைத்தாள். அவள் நூலை ஆட்டும் இடமெல்லாம் சரியாகத் தலையைத் திருப்பி, குண்டுமணிக் கண்களால் தீர்க்கமாகப் பார்த்தது.

''ஆமாம் பூனைக் கண்ணுன்னா இது தான். எலியைச் சரியாக் குறிபார்த்துப் பிடிக்க வேண்டாமா'' என்றார்.

''எலின்னதும் ஞாபகம் வந்தது. இந்த பிரவுன் கலர் குட்டி இருக்கு பாருங்க. இது எலி தின்றது. இதை விரட்ட வேண்டியது தான்'' என்றாள்.

''பூனை எலி தின்பது என்ன அதிசயமா? அது பிறவி சுபாவம்தானே?'' என்றார்.

''அந்தப் பெரிய பூனை நேத்து ஒரு எலியை வாயில் கவ்விக் கொண்டு வந்தது. இந்த மூணு கறுப்பும் போகலை. அந்த பிரவுன் மட்டும் போச்சு. அம்மாவும் அதுக்கு மட்டும் கொடுக்கிறது.

வராந்தாவில் நுழைய விடாமல் கம்பெடுத்து விரட்டி விட்டேன். தோட்டத்திலேயே உட்கார்ந்து தின்னுட்டு அப்புறம் வந்தது.

அந்த பிரவுன் மட்டும்தான் ஆண் குட்டி மற்றதெல்லாம் பெண் குட்டிகள். நானும் இரண்டு மூணு தடவை பார்த்துட்டேன். ஆண் குட்டிக்கு மட்டும் எலி கொண்டு வந்து கொடுக்கறது.

பூனை கூட ஆண் பெண் பாகுபாடு பார்க்குமோ? சாப்பாடு விஷயத்தில் ஆண் குட்டிக்கு மட்டும் ஊட்டி பலவானாக வளர்க்குமோ. ஆனால் துறுதுறுப்பாக இருக்கிறதென்னவோ இந்தப் பெண் குட்டிகள் தான்'' என்றாள்.

எல்லாவற்றிற்கும் பதில் சொல்லும் ஸ்ரீராமுக்கு இதற்குப் பதில் தெரியவில்லை. இதற்குப் பதில் எந்தப் புத்தகத்திலும் படித்திருக்கவில்லை.

''ஏதாவது சயன்ஸ் பத்திரிகைக்குத்தான் இந்தக் கேள்வியை எழுதி அனுப்பணும், இதற்குப் பதிலைக் கண்டுபிடிக்க'' என்றார்.

அன்று சாயங்காலம் ஸ்ரீராம் வந்ததும் வராததுமாக, ''இன்னிக்குக் காலைல இருந்து அந்த மூணு குட்டிகளையும் காணோம். இந்த பிரவுன் மட்டும் தனியே கொட்டு கொட்டுன்னு உக்கார்ந்து அழுற மாதிரி கத்திக்கிட்டே இருக்கு. அதெல்லாம்

இதை விட்டுட்டு எங்க போயிருக்கும்? இதைப் பார்த்தா பாவமா இருக்கு'' என்றான்.

''இந்த அம்மா பூனை கூட வரலை. என்னை விட்டு இங்க அங்க நகரவே மாட்டேங்கிறது இது. பே, பேன்னு என் பின்னாலேயே வருது.''

நேற்று வரை இந்த பிரவுனை மட்டும் விரட்டிடுவேன் என்று வீறாப்புப் பேசியவள் இன்று அதற்கு இரக்கப்படுவது அவளுக்கு அதிசயத்தை ஏற்படுத்தியது.

''இதுதான் தனிமை விசாலி. இதுக்குத்தான் மனுஷங்க பயப்படறாங்க'' என்று வேதாந்தம் பேசினார் ஸ்ரீராம்.

''இந்தக் கொட்டற மழையில வெளியில போய் எங்கேயாவது தண்ணிக்குள்ள முங்கிடுத்தோ. அம்மா இல்லாமல் வெளியில போகாதே'' கவலை அரித்தது மனத்தில்.

''சில சமயம் இந்தப் பெரிய பூனை இருக்கில்லையா அது இப்படித்தான் குட்டிகளை மாற்றி மாற்றி வைக்கும்'' என்றான் வீட்டுக்கு வந்த அவள் தம்பி.

''வேறே எங்கேயாவது நிறைய பால் விடறவங்க வீட்டுக்குக் கொண்டு வெச்சிருக்கும். நன்றிகெட்ட பூனை. போனால் போகட்டும். நாமளே விரட்டறதுக்கு முந்தி தானே போச்சு. இல்ல நம்ம வீட்லே வந்து எலியும் கிலியும் கொண்டு வந்து தின்னும். சீ'' இந்தப் பழம் புளிக்கும் என்கிற மாதிரி அலுத்துக் கொண்டாள்.

ராத்திரி ஒருதரம் அந்தக் குட்டி தனியாய் என்ன பண்ணுகிறது என்று பார்க்க வந்தவளுக்குக் கோபம் கோபமாக வந்தது. குட்டியின் பக்கத்தில் பெரிய பூனையுடன் கடுவன் பூனையும் முழித்தது.

ஒரே ஓட்டமாக ஓடிற்று, கடுவன் இவளைப் பார்த்ததும்,

''சீ குழந்தைகளைத் தொலைச்சுட்டு இப்ப அடுத்த குட்டிகளுக்கு வழி தேடறது சனியன்'' கம்பை ஓங்கினாள் வெள்ளைப் பூனை மேல்.

'நீ வேணா அடிச்சுக்கோ'ங்கற மாதிரி அவள் கம்பால் வலிக்காமல் ரெண்டு போட்டாலும் கண்ணை மூடிக் குவிந்து கொண்டது பேசாமல்.

இரண்டு நாளாயிற்று மூன்று குட்டிகளும் திரும்பி வரவில்லை.

''நான் அன்னிக்கே உங்கிட்டச் சொல்ல வேண்டாமேன்னு நினைச்சேன். அங்க தெரு முக்கில கஸ்தூரி கோரோஜனை விக்கிறவா கூடாரம் போட்டிருக்கா. அவங்கதான் இந்த மூணு குட்டிகளையும் பிடிச்சித் தின்னிருப்பா. அவங்க பாத்தா இதை விட மாட்டாங்க. சதையைத் தின்னுட்டு தோலை உலர்த்தி கஸ்தூரி புனுகு அது இதுன்னு வித்துடுவா'' தனக்குத் தெரிந்ததைச் சொன்னார் ஸ்ரீராம்.

விசாலத்திற்கு என்னவோ போலிருந்தது கேட்க. ''பூனையைக் கூடவா திம்பாங்க மனுஷா'' என்றாள்.

''இன்னும் ஐநூறு வருஷம் கழிச்சு மனுஷனை மனுஷனே தின்னும் காலமும் வரப் போகுதாம்.''

அவர் கம்மா அடித்து விட்டாரோ உண்மையோ தெரியாது. விசாலத்துக்கு ஸ்ரீராம் சொல்வதிலெல்லாம் ரொம்ப நம்பிக்கை உண்டு.

'பே' என்றது பிரவுன் பூனை அவளிடம். ''உன் அக்கால்லாம் எங்கடா மக்கு. பேசத் தெரியாது உனக்கு. உன் மனசில் என்னதான் ஓடுமோ'' பேபேன்னு அலறும் பூனையின் தலை மேல் லேசாகக் கையை வைத்துத் தொட்டாள்.

அப்படியே கீழே நிமிர்ந்து படுத்துக் கொண்டு அவளையே பார்த்தது.

அடி வயிற்றில் ஒரு வேதனை. நேற்று வரை குந்தக் கண்ணை உருட்டி உருட்டி விழித்தபடி இருந்த அந்த மூணு குட்டிகளும் எங்கோ தோலாகிக் கிடக்க இது மட்டும் தனியே பாவம்.

அதுவும் இவளையே முழுவதும் சார்ந்து விட்ட மாதிரி இவளுடன் ஒட்டிக் கொண்டது.

'தொலையட்டும் இங்கேயே வராந்தாவில் இருந்து பாலைக் குடிச்சுட்டு வெளியில் போய் எலி தின்னுட்டு வரட்டும்' மனத்தில் நினைத்துக் கொண்டாள்.

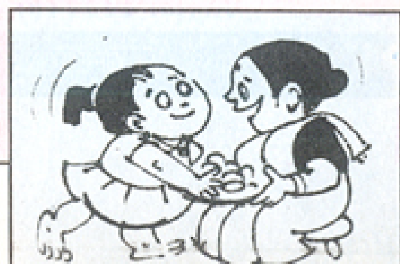
அடுத்த நாள் காலையில் வாசலைத் திறந்தவள் விழிகள் வியப்பால் விரியக் கூட நேரமில்லை.

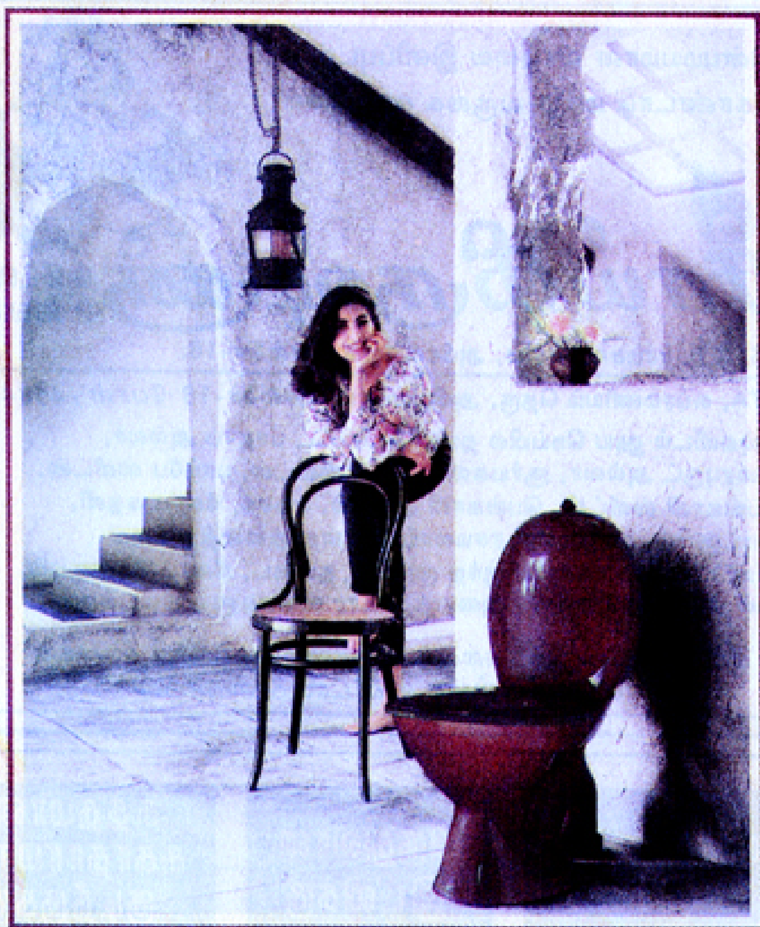
பே,பே என்று நாலு குட்டிகளும் இவளிடம் ஓடி வந்தன.

அட எல்லாம் அப்படியே ஒருமாத்துக் குறையாமல் உசிரோட இருக்கு. இவர் சொன்னது தவறு. அம்மாதான் குட்டிகளை மாத்தி மாத்தி பிரிச்சு வெச்சுப் பழக்கறது.

காரட் மலிவாகக் கிடைக்கும் போது வாங்கி, தோல் சீவி, துருவி, மிக்ஸியில் நைஸாக அரைத்து (ஜலம் விடலாம்) அரைத்த விழுதுக்கு 3/4 அளவு சர்க்கரை போட்டு, ஜாம் போல் கிளறி, ஆற வைத்து ஒரு பாட்டிலில் போட்டு, ப்ரிஜ்ஜில் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். தேவையான போது ஜில்லென்ற பாலில் 2 அல்லது 3 ஸ்பூன் விழுதைப் போட்டுக் கலக்கிக் கொடுத்தால், பள்ளி விட்டு வரும் குழந்தைகள் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள். நல்ல சத்தான பானமும் ஆகும். இதேபோல், பீட்ரூட், மற்றும் எல்லாவித பழங்களையும் (வாழைப் பழம் உட்பட) செய்து வைத்துக் கொள்ளலாம்.

- லலிதா





Model featured : *Parryware Cascade. European Water Closet. Colour: Brazen Burgundy. Satin finish.* **Also featured:** *Sherie Meher-Homji, a leading model. All by herself in a world of glamour.*

GLAMOUROOMS

by Parryware

MEMBER MURUGAPPA GROUP

EID Parry (India) Limited, Ceramics Division, Dare House, Madras - 600 001

HTA-7037-94

பெரிசானாத் தனியாத்தானே வாழனும் அதுக்கு இப்பவே பிடிக்க பிராக்டிஸ் என்று தெரிந்து விட்டது.

வீணாக மண்டையைப் போட்டுக் குடைந்து தலைவலி அல்லவா வரவழைத் துக் கொண்டாள்.

"இதுக்கு என்ன சாமர்த்தியம் நம் மையே ஏமாற்றி விட்டதே" என்றாள்.

"ஆமாம் விசாலம், நாம நினைக் கிறோம். குழந்தை பெற்றால்தான் பெரி சுன்னு. ஆனா அதுக்கு அப்புறமும் எவ்வ ளவு கஷ்டம் பொறுப்பு இருக்கு பாரு."

"இரை தேட வேண்டி இருக்கு. ஆண் பூனைக்கும் பொறுப்பே கிடையாது. தனியே பால் கொடுத்து, பாதுகாத்து அது உடம்பைப் பாரு எப்படித் தளர்ந்து போயி டுத்து இந்த இரண்டு மாசத்தில். எப்பவும் அலுப்பாப் படுக்கறது. பயந்து பயந்து ஒரு மூலையில் படுக்கறது."

"இதுதான் பெற்ற பாசம்"

"எப்படியாவது இதுகளுக்குக் கொஞ் சம் சொல்லிக் கொடுத்து தனியே வாழப் பழக்கிட்டா அப்புறம் எல்லாம் பிரிஞ்சி டும். என் கடமை முடிஞ்சதுங்கிற மாதிரி."

"ஆனால் நிவம் பால் விட்டு கூடவே இருந்து வளர்த்த நாம்தான் குட்டிகள் விளை யாடறது எல்லாம் பார்த்து மகிழ்ச்சியாய் அனுபவிக்கிறோம். இதுகளும் தனியே உன்னை அடையாளம் தெரிஞ்சுண்டு ஓடி வரதுகள் பாரு."

"விரட்டுவேன் விரட்டுவேன்னு சொன்ன நீயே அரை லிட்டர் பால் வீணாற தேன்னு நினைக்காம அதுகளுக்கே கஷ்டம் வரும் எப்படித் துடிச்சே."

"இதுதான் பாசம் இதுதான் வாழ்க்கை. பெறுவது தனி. வளர்ப்பது தனி. பெத்த வங்களால எல்லாம் வளர்க்க முடியாதா? இல்ல வளக்கிறவங்கல்லாம் தானே பெற் றெடுக்கணும் என்கிறது தான் அவசியமா? இரண்டும் இல்லை."

"சிலருக்குத்தான் இரண்டும் அமை யும்."

"உங்க செல்லியையே பாரு. நாலைப் பெத்துட்டு புருசன் சரியில்லாம ஒரு பையனைப் பத்து வயசிலேயே கடை வேலைக்கு அனுப்பிச்சுட்டா. இன்னொருத் தனை மாமன் கொண்டு படிக்க வைக்கி றான். நாளைக்குப் பெரிசானா அம்மாவை விட மாமனைத்தான் நினைப்பான் அந்தப் பையன். இதுதான் வளர்த்த பாசம்" என் றார்.

"போ பாலை விடு. உன் காலையே சுத்தறது பாரு இன்னும்."

விசாலத்திற்கு மனத்தின் உள்ளே இறுக் கிப் போட்டிருந்த முடிச்சுகள் எல்லாம் தானே அறுந்து சமமானது போல் தோன்றி யது.

பெற்றவர்களுக்குத்தான் குழந்தையா இல்லையே. அவர்களால் அனுபவிக்க முடி யாததையும் வளர்ப்பவர்கள் அனுபவிக்கத் தடை ஏதும் இல்லையே!

சரியாக வளர்ப்பாரில்லாமல் எத்தனை குழந்தைகள் அனாதை இல்லங்களில் கிடக் கின்றன.

அவற்றில் ஒன்றை எடுத்து வளர்த்தால் இதே மாதிரி தவழும், சிரிக்கும். கையை நீட்டும், காலை ஆட்டும். அது எவ்வளவு மகிழ்ச்சி தரும்?

அதுவும் வளர்க்கும் தன்னிடம் இந்தப் பூனைக் குட்டி மாதிரி ஒட்டிக் கொள்ளும். இதை விட்டு டாக்டர் டாக்டராய்ப் போய் வயிற்றைக் கீறிக் கஷ்டப்படுத்திப்பானேன்.

மனசு தெளிவானதும் அவளுக்கு வாழ்க் கையின் ரகசியம் புரிந்தது. அன்பு செலுத்த வயிற்றில்தான் கரு உருவாக வேண்டுமா என்ற கேள்விக்கு இல்லை என்ற உண்மை புரிந்தது.

"கொஞ்சம் குழந்தை வளர்ப்புப் பற்றிச் சட்டம் தெரிஞ்சவாட்டப் பேசி, நாமே கார் டியனா இருந்து இரண்டு பெண் குழந்தை களை வளர்க்கும் முறையைத் தெரிஞ்சுக் போமா?"

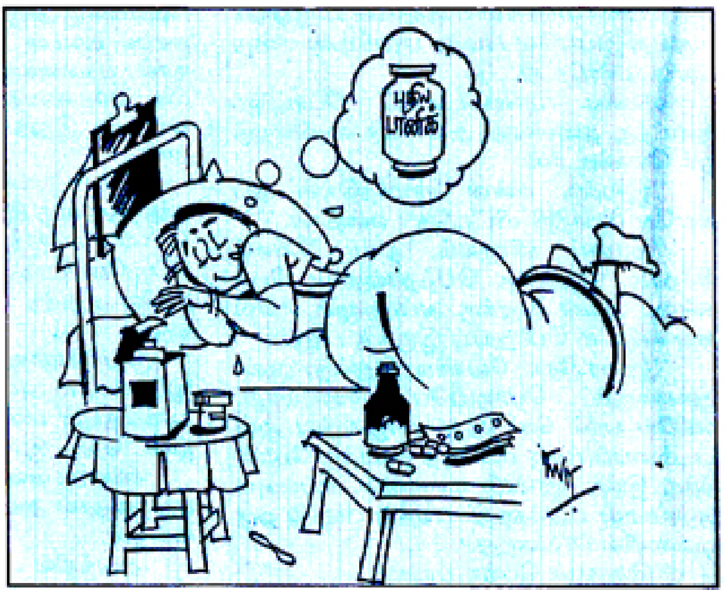
"அதுவும் இரண்டு குழந்தைகளைச் சேர்த்து வளர்த்தா ஒண்ணைப் பார்த்து ஒண்ணு படிச்சுக்கும். நமக்கும் ரொம்ப சந்தோஷமா இருக்கும்."

கண்களில் இருந்து வழிந்த கண்ணீரைத் துடைத்துக் கொண்டு இனியும் நேரத்தை வீணாக்க மனமில்லாமல் அனாதை ஆசிர மத்துக்குக் கணவருடன் கிளம்ப ஆயத்த மானாள் விசாலம் குழந்தையைத் தேடி.



பெரிதாக இருக்கும் எக்ஸ்ரே படங்களைத் தூக்கி எறியாமல், வெள்ளைத் தாளில் சுற்றி (ஏன், எக்ஸ்ரே கவரிலேயே வைத்து) முக்கியமான பேப்பர்களான மார்க் ஷீட், ஷேர் சர்ட்டிபிகேட்டுகள் இவற்றை வெளி யூருக்குக் கொண்டு செல்லும்பொழுதோ, அல்லது நெரிசல் மிகுந்த நம்மூர் பஸ்களில் பிரயாணம் செய்யும் போதோ மேற்கண்ட பேப்பர்களின் நடுவில் வைத்தால் பேப்பர்கள் வளைந்து வளைந்து சுருக்கம் விழுவதைத் தடுக்கலாம்.

– ஸத்யா ஸ்ரீதரன்

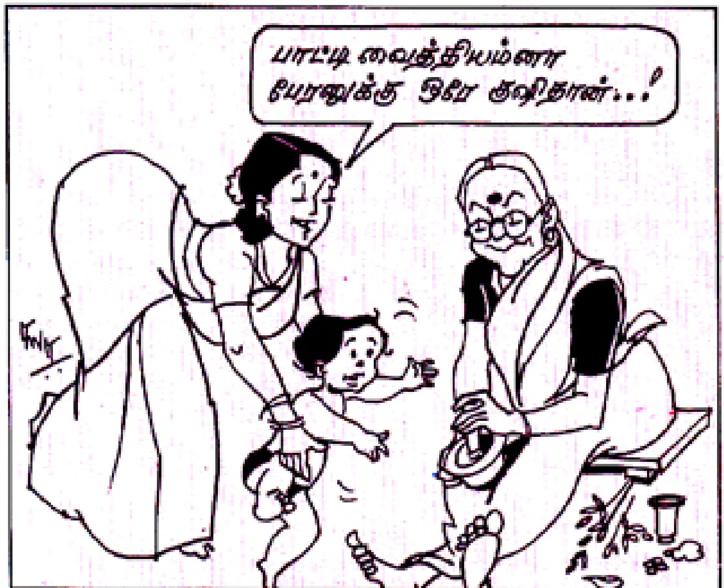


டாக்டராக வேண்டாம்!

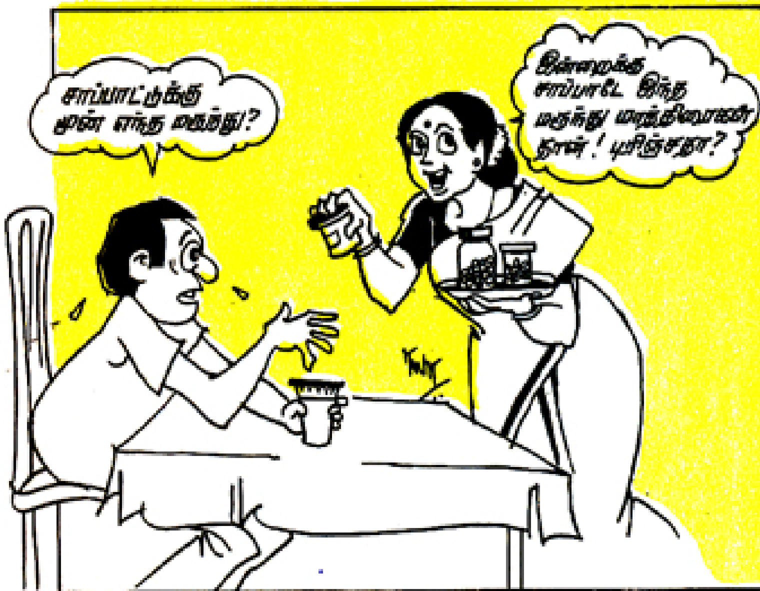
நமக்கு நாமே

ஒரு விதமான சோர்வுணர்வு, வாந்தி எடுப்பது போன்ற நிலை, உடல் உஷ்ணம் சிறிதே அதிகம் - இந்த அறிகுறிகள் தோன்றியவுடனே நீங்கள் அ. குடும்ப டாக்டரிடம் செல்கிறீர்களா? ஆ. தானே ஏதாவது மருந்து சாப்பிடுகிறீர்களா? பெரும்பான்மையோர் இரண்டாவதாகக் குறிப்பிட்ட வழியையே மேற்கொள்கிறார்கள். மருந்துக் கடைகளுக்குச் சென்று, அறிகுறிகளைக் கூறியவுடன், அங்கு கிடைக்கும் மருந்தினை உட்கொண்டு உடனே குணமடையும் வாய்ப்புகள் உண்டு. ஆனாலும், இதே 'அற்புத மருந்துகள்' ஒருவரின் உடல் நிலைக்கு ஒத்துக் கொள்ளாவிடில், பெரும் பிரச்னைகள் ஏற்படுவது சாத்தியம்.

நம்மில் சிலருக்கு, மருந்துக் கடைகளும், அவைகளிலுள்ள மருந்துகளும், அற்புத, சஞ்சீவிகளாகக் காட்சி அளிக்கின்றன. 'இம் மருந்தை உண்டால், இளமை குன்றாமல் இருக்க முடியும். (அ) ஐந்து பவுண்டுகள் எடை குறையும், (அ) சதா தொந்தரவு கொடுக்கும் இருமல் உடனே நிற்கும் என்பது போன்று அன்றாடம் வெளியாகும் விளம்பரங்களிலிருந்தோ, (அ) சிநேகிதர்கள், (அ) அயல்



வீட்டினரிடம் இருந்தோ, ஒரு குறிப்பிட்ட மருந் தைப் பற்றிக் கேள்விப்படலாம். அ) டாக்ட ரின் பழைய பிரிஸ்கிரிப்ஷன் சீட்டு போன்ற வையால் உந்தப்படலாம். தற்போது டாக்டரின் சீட்டு இல்லாமலேயே நாம் பல மருந்துகளை வாங்க முடிகிறது என்பதால் வேலை எளிதாகி விடுகிறது. நமக்கு நாமே மருந்து சாப்பிடுவதன் முதல் கட்டம் இங்குதான் ஆரம்பமாகிறது. அதிருஷ்டவச மாக, பல கோளாறுகள் சரியாவதுண்டு - சில வேளைகளில், இப்படிக் குணம் காணும் போது, டாக்டரிடம் செல்லாம லேயே, தானே மருந்து சாப்பிட்டு, குணம் ஏற்பட்டு விட்டது என்ற இறுமாப்பு, ஏற்படுவது மட்டுமல்ல, தானே டாக்டர் என்ற



எண்ணமும் கூடவே ஏற்பட்டு விடு கிறது. இவ்வாறு தன்னம்பிக்கை வளர வளர, தானே (டாக்டரின் ஆலோசனையில் லாமல்) மருந்து தேர்ந்தெடுத்து சாப்பிடு தலும் தொடர்கிறது. ஆனால் ஒன்று மட்டும் நாம் நன்றாக நினைவில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மருத்துவ சாஸ்திரமும், நோய் என்ன என்று இனம் கண்டுகொள்வதும் (Diagnosis) சிக்கல்கள் நிறைந்தவை. எனவே இவற்றில் வெற்றி காண்பது என்பதும் மிகச் சிக்கல் நிறைந்தது என்பதையும் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

ராமன் ஆஸ்துமாவினால் கஷ்டப்படு கிறார். தன் டாக்டர் ஊரில் இல்லை என்ப தால், தன்னுடைய சகோதரருக்கு (அவ ரும் ஆஸ்துமா நோயாளி) டாக்டர் சிபாரிசு செய்த மருந்தினை உட்கொள்கிறார். இரண்டு தினங்களில் கோளாறு சற்றே சரி யாகி குணம் அடைகிறார். குணமடைந்த தால், இதே மருந்தினைத் தொடர்ந்து சாப் பிடுகிறார். அதனால் இரத்த அழுத்தம் மிக அதிகமாகி, அளவுக்கதிகமான இறுக்கம் (Hypertension) ஏற்பட்டு, உடலின் ஒரு பக் கத்தை அசைக்க முடியாமல் போய் விட் டது. அவருக்கு உயர் ரத்த அழுத்தம் இருந்த தால் இம் மருந்து அவருக்கு ஒத்துக் கொள் ளாது என்பது அவருக்குத் தெரிந்திருக்க வில்லை.

ஒவ்வொரு குறிப்பிட்ட கோளாறுக் கும் ஒரு குறிப்பிட்ட சிகிச்சை உள்ளது. கோளாறு எதனால் ஏற்பட்டது என்பது முதல், கோளாறு உள்ள நபருக்கு - உயர் இரத்த அழுத்தம் (அ) தாழ்ந்த இரத்த அழுத் தம், நீரிழிவு, அல்சர், ஒரு குறிப்பிட்ட மருந் துக்கு ஒவ்வாத்தன்மை, மருந்து தயாரிப்பில் சேர்க்கப்பட்டவை, மருந் தின் அளவு, மருந்தின் பக்கவிளைவுகள் - என் பன போன்ற எல்லா வற் றையும் உள்ளடக்கி யது சிகிச்சை முறை. எனவே பாரசிடமால் (PARACETAMAL) அனால் ஜின்ஸ் (ANAGINS) ஆஸ்பி ரின் போன்ற மருந்துகளை மிக மிகக் கவனத்துடன் பயன்படுத்த வேண்டும். இல்லாவிடில், சிகிச்சைக் குள்ளான நபரின் ஆரோக் கியம் மிகக் கடுமையாகப் பாதிக்கப்பட லாம். ஏன், சில சமயங்களில் மரண மும் நேரிடலாம்.

இந் நிகழ்ச்சியைக் கவனியுங்கள். நடுத்தர வயதுள்ள ஒரு நபர், உடல் வலி, ஜுரத் திற்காக, இரண்டு ஆஸ்பிரின் மாத்திரைகள் சாப்பிட்டார். மிகக் குறுகிய கால கட்டத்திற் குள், அவர் இரத்தமாக வாந்தி எடுத்தார். அவசர சிகிச்சைக்காக, ஆஸ்பத்திரிக்கு எடுத்துச் செல்லப்பட்டு, உடனே இரத்தம் செலுத்திய போதும், அவரைக் காப்பாற்ற முடியவில்லை. இந் நபருக்கு அல்சர் இருந் தது. அல்சர் இருப்பவர்கள், ஆஸ்பிரின் மருந்து சாப்பிடக் கூடாது. ஏனென்றால் ஆஸ்பிரின் அல்சரில் துளைகள் உண்டாக்கக் கூடிய தன்மையுடையது.

கண்கள், காது, மூக்கு கோளாறுகளுக் கான ஆயின்ட்மென்ட், சொட்டு மருந்து போன்றவற்றை சரியான மருத்துவ ஆலோ சனை இல்லாமல் உட்கொள்ளும் போது, பல சிக்கல்கள் ஏற்படும். எடுத்துக்காட்டாக இதோ ஒரு உண்மை நிகழ்ச்சி.

மூன்றே வயதான மோகினிக்கு, கடுமை யான காது வலி, காதிலிருந்து சீழ் வடிந்தது. மோகினியின் தாய், ஒருசில தினங்களுக்கு, மோகினியின் காதுகளில் ஸ்டெராய்டு சொட்டு மருந்து விட்டார். மோகினியின் நிலை மோசமாகி, செவிப்பறையில் துளை கள் ஏற்பட்டு விட்டன. கடுமையான தொற்று இருக்கும் போது, டாக்டரின் அனுமதியின்றி ஸ்டெராய்டு மருந்து பயன் படுத்தவே கூடாது. காதிலிருந்து சீழ் வடிந்து கொண்டு, வலி இருக்கும் போது, வலியை நிறுத்த மருந்து உட்கொள்ளப்படுகிறதே யன்றி, சீழ் வடிவதை நிறுத்த அல்ல. இத னால் சீழ் வடிவது மிகக் கடுமையாகி, மூளை சிதைந்து விடக்கூடிய அபாயம் இருக்கிறது.



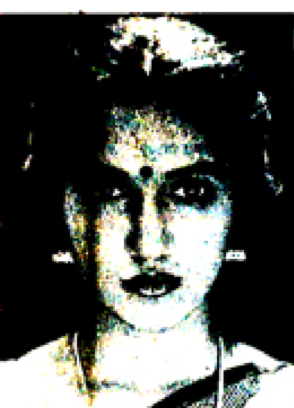
ஒருசிலருக்கு, தொடர்ந்து மூக்கில் மருந்து (Nasal Drops) விட்டுக் கொள்வது நாளடைவில் ஒரு பழக்கமாகி விடுகிறது. சில பிராண்டுகள் (Brands) இரத்த அழுத் தத்தை அதிகரிக்கக்கூடியவை. கண் சம்பந்த மான கோளாறுகளை உண்டாக்கலாம். எனவே, மருந்து பயன்படுத்துவதற்கு முன்பு, கோளாறு எதனால் ஏற்பட்டது என்பது தெரிந்து கொள்ளப்பட வேண்டும். ஏனென்றால், கோளாறு இலேசானதாக இருந்தாலும், தவறான மருந்தினால், மிகக் கடுமையான கோளாறாக மாறும் வாய்ப்பு இருக்கிறது.

பொதுவாக, நாம் எல்லோரும் இருமல் ஏற்பட்டவுடன், மற்றவர் குறிப்பிடும் இரு மல் மருந்தை உட்கொள்கிறோம். இருமல் பல காரணங்களால் ஏற்படலாம். நுரையீரல் கோளாறினால், மூச்சுக் குழலின் மேல்பகுதி யிலுள்ள கோளாறினால் (அ) மகரக்கடி யினால் ஏற்படும் ஒவ்வாத்தன்மையால், சுத்தமற்ற சுற்றுப்புறச் சூழல், புகைபிடித்தல் இப்படிப் பல காரணங்கள் உள்ளன. ஆனால் இருமலின் காரணம் என்ன என்ப தைப் பற்றி யார் கவலைப்படுகிறார்கள்? எனவே சிகிச்சை ஆரம்பமாவதற்கு முன், நோயின் காரணம் என்ன என்று கண்டு கொள்ளப்பட வேண்டியது மிக முக்கிய மானது.

லோஷன்களும், ஆயின்ட்மென்ட்டு களும் கூட, சரிவரப் பயன்படுத்தப்படுவ தில்லை. கொசுக்கடியா, எக்சிமாவா, சொறி சிரங்கா - உடனே ஏதோ ஒரு ஆயின்ட்மெட் டைத் தடவிக் கொண்டு விடுகிறோம். இது மிகவும் அபாயகரமானது. எடுத்துக்காட் டாக, எக்சிமா ஏற்படும் போது, ஆன்ட்டிபயாடிக் ஆயின்ட்மென்டைப் பூசி வால், எரிச்சல் ஏற்பட்டு, எக்சிமாவில் சிறு சிறு துளைகள் ஏற்பட்டு மிக மோசமாகலாம். ஸ்டெ ராய்டுகள் கலந்துள்ள கிரீம்களை காயங்களின் மேல் பூசினால், சாதாரண தொற்று கடுமையானதாக மாறக்கூடிய அபாயம் இருக்கிறது. தேவையில் லாத போது ஆன்ட்டிபயா டிக் மருந்து களைப் பயன் படுத்தி விடும் போது, மருந்துகளை எதிர்க்கும் சக்தி ஏற்பட்டு, நிஜமா கவே, அந்த மருந்து அவ ருக்குத் தேவைப்படும் போது, அதனால் பலன் ஏதுமில்லாமல் ஆகி விடுகிறது. ஆன்ட்டிபயாட்டிக் மருந்துகள் மிகச் சிறந்தவை. தொற்று ஏற்படும் போது உயிர்காக்கும் தன்மையுடையவை. எனவே, ஆன்ட்டிபயாடிக் மருந்துகளை மிகக் கவ னத்துடன் கையாள வேண்டும்.

மற்றும் சிலர், விளம் பரங்களால் கவரப்பட்டு வைட்டமின் மாத்திரை கள், எடை குறைக்கும் மருந்துகள், நீண்ட நேரம் உறக்கம் வராமல் இருக்க மருந்துகள் போன்றவைகளை உட்கொள்கிறோம். இப் பழக்கம் மிக அபாயமானது. அளவுக்கதிக மான, வைட்டமின், கால்சியம் நம் உடலில் சேரும் போது, உடலிலுள்ள உறுப்புக்கள் மிகக் கடுமையாக பணிபுரிய வேண்டிய அவ சியம் ஏற்படுகிறது. நம் உடல் தனக்குத் தேவையான அளவு வைட்டமின்களை மாத் திரமே ஏற்றுக் கொள்ளவல்லது. அளவுக் கதிகமான வைட்டமின், உடலுக்கு

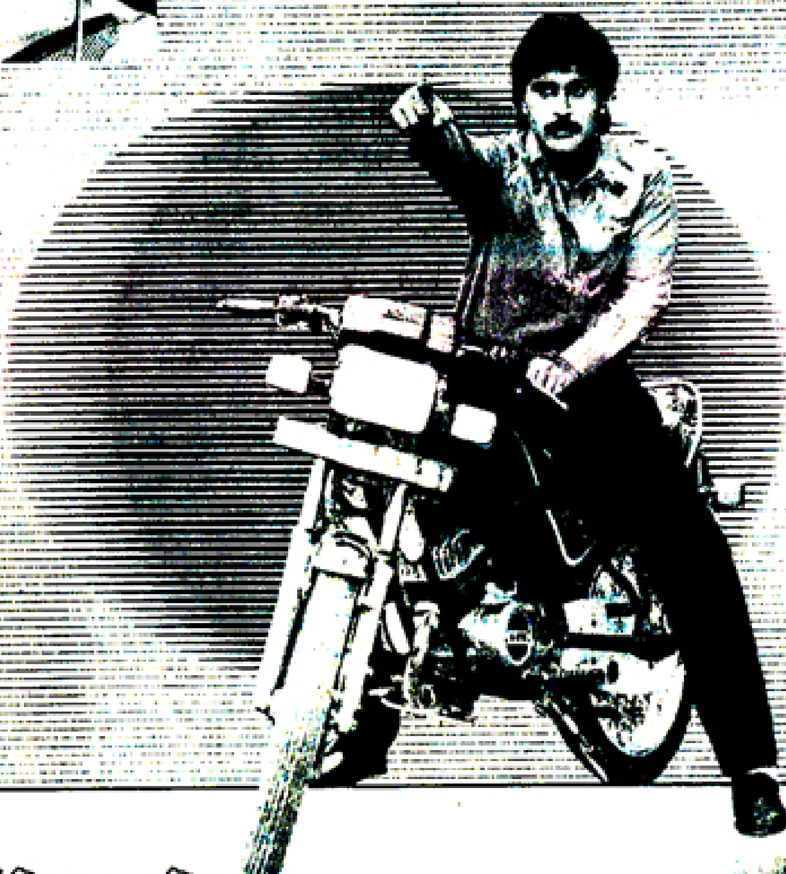
சட்டம், சத்தியம், ஆயுதம்
இவைகளுக்கிடையே வாழும்
ஒரு லட்சியவாதியின் கதை...





சந்தமாமா விஜயா
கம்பைன்ஸ்

சென்னை
பேபி ஆல்பட் A/c
அனுஈகா A/c
சந்திரன் A/c
மற்றும் தமிழ்நாடெங்கும்



கருப்பு வெள்ளை

வண்ணத்தில்

அர்த்தமுள்ள
குடும்பச் சித்திரம்



மனோபாலா தேவா B.வெங்கட்ராமரெட்டி

வெளியே தள்ளப்பட்டு விடுகிறது. அளவுக் கதிகமான கால்சியத்தால் சிறுநீரகக் கற்கள் ஏற்படும் அபாயம் இருக்கிறது.

உடல் மெலிய வேண்டும் என்பதற்காக, பல பெண்கள் உட்கொள்ளும் மருந்துகளால், ஒழுங்கற்ற மாதவிலக்கு, தலைசுற்றல், பலஹீனம் ஆகியவைகள் ஏற்படுகின்றன. தற்போது, பரீட்சை சமயத்தில் இரவு, நீண்ட நேரம் விழித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும் என்பதற்காக, மாத்திரை விழுங்கும் வழக்கம், மாணவ, மாணவியரிடையே பரவலாக உள்ளது. இம் மருந்துகளால், மனக்குழப்பம், கை கால் நடுக்கம், மனத்தில் ஒன்றுமே இல்லாதது போன்ற உணர்வு போன்ற அபாயங்கள் ஏற்படலாம்.

வாந்தி, பேதி ஏற்படும் போது உடலின் நீர் அளவைச் சமமாக்க, எலக்ட்ரோலைட்ஸ் பொடி மருந்து பயன்படுத்தப்படுகிறது. வாந்தியும் பேதியும் மிகக் கடுமையாக இருந்தால் மட்டுமே இம் மருந்தினைப் பயன்படுத்த வேண்டும். இருதய நோயாளிகள் இப் பவுடரைச் சாப்பிடுவதற்கு முன் கண்டிப்பாக டாக்டரைக் கலந்தாலோசிக்க வேண்டும். ஏனென்றால் இப் பவுடரில் சோடியம் இருக்கிறபடியால், இருதய நோயாளிகளுக்கு ஆபத்து நேரிடலாம்.

நமக்கு நாமே சிகிச்சை அளித்துக் கொள்ளும் போது, கோளாறை சரியாக இனம் கண்டுகொள்ள இயலாமை (அ) மருந்தின் தீய விளைவுகள் மாத்திரம் ஏற்படுவதில்லை. கோளாறு என்ன என்பதைக் கண்டுகொள்வதில் ஏற்படும் தாமதத்தினால், சிக்கலான சிகிச்சையும், எனவே அதிகச் செலவும் அவசியமாகி விடுகிறது.

கோளாறு ஏற்படும் போது, சாதாரண முதலுதவி செய்வதோடு நாம் நிறுத்திக் கொள்ள வேண்டும். முதலுதவிக்குப் பிறகு, கண்டிப்பாக டாக்டரிடம் செல்ல வேண்டும். சரியானபடி, மருத்துவப் பரீட்சை செய்யாமல் மருந்து சாப்பிடுவது, ஆபத்தில் சேர்க்கும்.

– ராஜி

கத்தரிக்காய்த் தொக்கு

நல்ல பெரிய கத்தரிக்காய் ஒன்றை (பிஞ்சாக, விதையில்லாமல்) நறுக்கி மிக்ஸியில் தேவையான புளி போட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும். கத்தரிக்காய் தானே வெண்ணெய் போல் மசிந்து விடும். அதனால் தண்ணீரெல்லாம் விட வேண்டாம். புளி சேர்ப்பதால் கத்தரிக்காயின் கசப்பு அல்லது துவர்ப்புத் தன்மை போய்விடுவதோடு புளிப்பும் சேரும்.

முதலில் வெறும் வாணலியில் சிறிது வெந்தயத்தை நன்றாக வறுத்துக் கொள்ளவும். சிறிது நல்லெண்ணெய் விட்டுக் கொஞ்சம் பெருங்காயத்தையும் பொரித்துக் கொள்ளவும். பிறகு வாணலியில் தொக்கு கிளறுவதற்குத் தேவையான எண்ணெயில் பாதியை விட்டுக் கடுகு, மஞ்சள் பொடி தாளித்துக் கொண்டு அதில் அரைத்த விழுதைப் போட்டுக் கிளறவும். கத்தரிக்காய் பச்சை வாசனை போய் நன்கு கிளறியவுடன் உப்பு, மிளகாய்த் தூள் ஆகியவற்றையும் தேவையான அளவு சேர்த்துக் கிளறவும். (புளியின் அளவையும் கணக்கில் சேர்த்துக் கொண்டு) எப்போதுமே உப்பும், மிளகாய்ப் பொடியும் குறையாமல் சேர்த்தால்தான் எந்த ஊறுகாயுமே வீணாகாமல் இருக்கும். மீதியுள்ள எண்ணெயையும் விட்டு, பொடித்து வைத்துள்ள பொடியையும் சேர்த்து, எண்ணெய் பிரிந்து வரும்படி நன்றாகச் சுருளக் கிளறி இறக்கவும்.

உறைப்பும் தித்திப்புமாகத் தொக்கு பிடித்தவர்கள் உப்பு, மிளகாய்ப் பொடி சேர்த்தபின் தேவைக்கேற்ப வெல்லம் சேர்த்துக் கொள்ளவும். சாப்பிட்டபின் விருந்தாளிகள் மாங்காய்த் தொக்கு என்றெண்ணினால் வியப்பில்லை. எங்கள் வீட்டில் ஒரு ஜாம் பாட்டில் நிறைய செய்தது, 'கண்டேன் கண்டேன்' என்று காலியாகி விட்டது. இப்போது வேறு எந்த ஊறுகாயையும்விட இதற்குத்தான் டிமாண்ட் அதிகம்! கல்கத்தாவிலிருப்பவர்கள் உடனே செய்து பார்க்கலாம். ஏனென்றால் பெரிய, பிஞ்சுக் கத்தரிக்காய்கள் இங்கு தண்ணீர் - கல்கத்தா தண்ணீர்ப் பட்டபாடு!

- கனகதாரா

காலை உணவு

பகல் சாப்பாடு

மாலைச் சிற்றுண்டி

இரவு உணவு

திருப்தி

அன்னையின் அன்பும், அக்கறையும், ஆர்வமும்
ஒன்று சேர்ந்து உருவாகும் ஆரோக்கியமான நாள்...





For dealer enquiries contact:

NEPC AGRO FOODS LIMITED
36, Wallajah Road, Madras - 600 002.
Phone: 848075/845870/849031/849531/849236
Telex: 41-7607
Fax: 91-44-847353

TRUPTHI

திருப்தி அளிக்கும் தூய்மை

முழுமையான கோதுமை • ரீஸல்டன்ட் கோதுமை • ரவை • மைதா • அயோடைஸ்டு உப்பு
• மினரல் வாட்டர் • ஸ்ட்ராங் தேயிலை • ரெகுலர் தேயிலை

நல்லவேளை...!

- காஞ்சனா ஜெயதிலகர்

அகல்யாவை அவள் புகுந்த வீடு 'ஓஹோ' எனக் கொண்டாடியது. அவள் செய்யும் ஒவ்வொரு வேலையையும் பாராட்டி சிலாகித்தார்கள். அகல்யா பூரித்துப் போனாள்.

அவளது தாய் வீட்டிலும் முக்கால்வாசி வேலைகளை மூத்தப் பெண்ணான அவள்தான் செய்வாள். வீட்டைச் சுத்த மாகப் பேணி, எளிய பதார்த்தமானாலும் ருசியாகச் சமைத்து, விருந்து வரும் போது பரபரவென்று சுழல,

''என் வலது கை அகல்யா பொண்ணுதான். நான் நினைக் கறதைச் செய்தே முடிச்சிடுவா. மீதி நாலும் படிப்பு விளை யாட்டுன்னு அதுங்க போக்கிலே போவுதுங்க. வீட்டு மேல் வேலைக்குக் கூட ஆள் வச்சக்கலை நான்'' - என்று அம்மா வருவோர் போவோரிடமெல்லாம் சொல்லுவார்.

அம்மாவின் சொற்களில், பிறரின் வியப்பில் அகல்யா கர்வம் தலைதூக்க வீட்டில் ஒரு ராணி போல வலம் வந்தாள். 'ஆளும் பார்வையாயிருக்க, அவளின் சுறுசுறுப்பே அவளுக்கு விரைவில் ஒரு நல்ல புருஷனைத் தேடிக் கொணர்ந்தது.

மாமியார் வசதியான 'மிராசு' குடும்பத்தில் பிறந்து, தற்போது ஆபீசர் பதவியிலிருப்பவர்.

பெண் பார்க்க வந்தவர், அகல்யாவின் கரங்களைப் பாசத்துடன் வருடியபடி பேசினார்.

''இன்னும் ஒரு ரசம் வைக்க, நான் சமையல் புத்தகத்தைத் தான் புரட்டறேன். சமையல்கார நாயுடு படுத்துட்டா, ஹோட் டல் சாப்பாடுதான். வேலைக்காரர்கள் தயவிலேயே எங்க காலம் ஓடிடுச்சு. ஆனா பசங்க மூணு பேரும் சதா என்னைக் கேலியும் கிண்டலும்தான். எங்க நிலத்திலேர்ந்து வேண்டிய பருப்பு, புளி, தேங்காய் வரும். மூத்தவன் தனிக் குடித்தனத் துக்கு இவர் ஃப்ளாட் கூட வாங்கிட்டார். பிறகென்ன? பொண்ணு வேலை பார்க்க வேண்டிய அவசியமில்லை. நறுவிசா குடும்பம் நடத்தினா போதும்ங்கறது எங்க எல்லார் அபிப்ராயமும். அதுதான் அகல்யாவைப் பற்றி கேள்விப் பட்டு...''

திருமணம் நல்லபடி நடந்தது. புக்ககத்தாருடன் ஒரு மாதம் கழித்த பின் தம்பதிகள் தனி வீட்டிற்கு வந்தனர். அனைத்து வேலைகளையும் மீறி, தோழிகள், படிப்பு என இல்லாது போக, அகல்யாவிற்கு நேரம் எதேஷ்டமாய் மிஞ்சிக் கிடந்தது. கணவனின் அணைப்பு அன்பு இவற்றையும் மீறி தாய் வீட்டின் நினைப்பு, ஏக்கமாகத் திரண்டு கொண்டிருந்தது.

வெள்ளிக் கிழமை காலை தனக்கு மட்டுமாய் கரண்டி எண்ணெயைக் காய்ச்சுகையில் தங்கைகள் குளிக்கச் செய்யும் ஆர்ப்பாட்டம் நினைவிலாடியது.

''அக்கா மதியம் பயங்கரமாப் பசிக்கும். காரசாரமா ஏதானும் செய்'' என்று அதட்டுவார்கள்.

இவளும் அம்மாவுமாய் சமையலில் இணைய, ரேடியோ வோடு சேர்ந்து பாடியபடி முடியாற்றுவார்கள், தங்கைகள் விஜியும் விமலாவும்!

அம்மாவுக்குச் சிரமந்தான். சின்னதுங்க இத்தனை நாளில் ஒரு வேலையையும் கூறாக் கத்துக்கலையே. தம்பி, கடைக் குட்டி தங்கை இதுங்ககிட்ட என்ன எதிர்பார்க்க?

திருச்சியில் பஸ் ஏறினால் மூன்றாம் மணி நேரம் அவள் பிறந்த ஊர் சேர்ந்து விடலாம். ஒரு ஜோடி இறக்கைகள் இருந்தால் அவள் 'ஜிவ்'வென்று பறந்து போய் அம்மாவிற்கு



வேண்டிய ஒத்தாசைகள் செய்து விட்டு, டிபன் தயாரிக்க தன் வளைக்குத் திரும்பி விடலாம்!

கற்பனைகள் ஏக்கத்தை தோவாக்க, மறு மாதம் கணவனோடு ஒரு வாரம் தங்குகிறாற் போல தாய் வீடு கிளம்பி விட்டாள் அகல்யா.

அம்மா, தங்கைகளைக் கட்டிக் கொண்டு ஐந்து நிமிடங்கள் சிரிப்பும் பேச்சும் ஆனபின், அவள் கண்கள் வீட்டைச் சுற்றி வந்தன. பல மாறுதல்கள் தெரிந்தன! அவற்றில் வீடு மேலும் மெருகேறித்தான் தெரிந்தது. விஜி தாவரவியல் என்பதாலோ வீடு முழுக்க விதவிதமாக செடி கொடிகள் 'பச்'சென்று நின்றிருந்தன.

''ஏது இது புது தினுசு தொட்டிங்க?'' ஆர்வமாய் கேட்டாள்.

''நானே டிஸைன் போட்டுக் கொடுத்து செய்ய வைத்ததுக்கா. பெயிண்ட் செய்தது நல்லாயிருக்கா? உனக்கும் கூட நாலு தொட்டி செய்து வைத்திருக்கேன்.''

''ஹால் ஃபோட்டோவெல்லாம் எங்கேடீ?''

''நம்பெல்லாம் ஜட்டி ஸ்டேஜி லேர்ந்து, சடங்கு வரையிருந்த படங்க தானே? சிலதைப் பிரிச்சு ஆல்பத்திலே ஒட்டியாச்சு. மீதி மாடி ரூமிலே மாட்டியிருக்கா.''

அகல்யாவின் திருமணத்தின் போது எடுக்கப்பட்ட அவர்கள் குடும்பப் புகைப் படம் மட்டும் பெரிதாக்கப்பட்டு, வெள்ளிச் சட்டத்திற்குள் பளபளத்தது.

ஒன்றிரண்டு இயற்கை ஓவியங்கள், புதிய சிறு குஷன்கள், அவற்றில் அமர்க்களமாய் பூ வேலை என்று வீடு பொலிவாய் மாறியிருந்தது.

''நம்ப வீடு மாதிரியேயில்லை.''

''உன் பெட்டியெல்லாம் மேல் ரூமிலே வைச்சாச்சுக்கா.''

மாடி அறையும் நேர்த்தியாக ஒதுங்க வைக்கப்பட்டிருந்தது. தான் சுத்தமாக வீட்டை வைத்திருந்தது உண்மையென்றா லும் இத்தனை ரசனையுடன் ஜோராய்..? நினைத்தபடி குளித்து உடை மாற்றியவள் கீழே வர விருந்து கடகட பரிமாறப் பட்டது.

''ஏங்க நீங்க குளிக்கலை?''

''சீட்டு விளையாட உட்கார்ந்திட் டேன். இத்தனை பேரோடு சேர்ந்து 'கழுதை' விளையாட ஒரு ரவுண்ட் கூட வரலை போ - சரமாரியா வெட்டுறாங்க'' ரஞ்சன் சிரித்தான்.

தீபாவளி சமாளிப்பு :

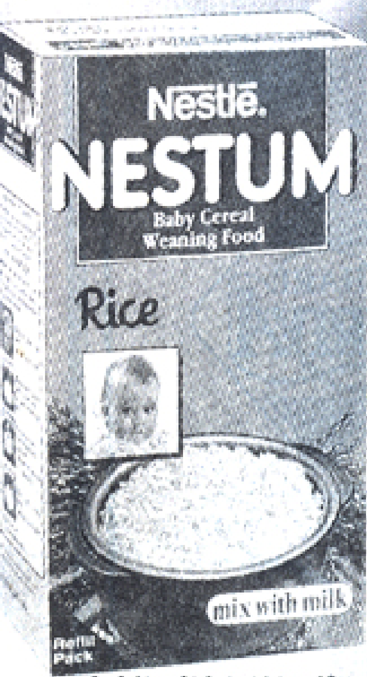
பாதுஷா செய்யத் தொடங்கினேன். எண்ணெயில் ஏழு, எட்டைப் போட்டேன். பாதுஷா பரவியது தூளாக எண்ணெய் முழுவதும். சிவக்கப் பொரிபட்டதும், வடிதட் டில் அள்ளினேன். இன்னும் 2, 3 தடவை பக்குவத்தை மாற்றி மாற்றிச் செய்தும் பாதுஷா தூளானதுதான் நான் கண்டது.

சத்தம் போடாமல் வடிதட்டில் நன்றாக வடிந்ததும் மிக்ஸியில் பொடித்தேன்.

சர்க்கரையைக் கம்பிப் பதத்துக்குப் பாகு காய்ச்சினேன். (1 தம்ளர் தூளுக்கு 2 தம்ளர் சர்க்கரை விதம்) ரோஸ் எஸென்ஸ் 4 சொட்டு, கலர் பௌடர் சிறிதளவு

சேர்த்து [illegible]

உங்கள் மழலைச் செல்வம் அவனது மென்மையான மிருதுவான உலகம்.



லேபிளில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள விதி முறைகளை கவனமாய் பின்பற்றுங்கள்.

அவனுக்கு நீங்கள் கொடுக்கும் முதல் திட உணவும் அவனைப் போலவே மிருதுவாக இருக்கட்டும்.

உங்கள் குழந்தைக்கு இப்பொழுது 4 மாதங்களாகிறது. இச்சமயம் அவனுக்கு தாய்ப்பால் மட்டுமல்லாமல் வேறு வகை உணவும் தேவை. ஏதாவது ஒரு திட உணவு. அதே சமயம் நீங்கள் அவனுக்கு தரும் திட உணவு மிருதுவானதாகவும் போஷாக்கு நிறைந்ததாகவும் இருந்திடல் அவசியம்.

ஆம், நெஸ்டம் தரும் போஷாக்கு போல - இது எளிதில் ஜீரணிக்க உகந்த குழந்தை ஆகாரம். அரிசியிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் நெஸ்டம், உங்கள் மழலைச் செல்வத்தின் மிகச் சரியான முதல் திட உணவாக அமைகிறது.

பாலுடன் நெஸ்டம் சேர்த்து உங்கள் குழந்தைக்கு ஸ்பூனால் ஊட்டுங்கள். இந்த ஆகாரத்தின் மூலம் அவன் வேகமாய் வளர்வதற்கு வேண்டிய எல்லா போஷாக்கு சக்திகளும் கிடைக்கின்றன.

உங்கள் செல்ல மகன் வளர வளர, நீங்கள் அவனுக்கு படிப்படியாய் புதிய ருசியுள்ள உணவு வகைகளை அறிமுகப்படுத்த வேண்டும். இவ்வகை ருசியை நீங்கள் எளிதில் மிருதுவாய் ஆரம்பிக்க நெஸ்டம் உங்களுக்கு உதவுகிறது. நெஸ்டம், பால் சேர்க்காத ஒரே குழந்தை ஆகாரமாய் இருப்பதால், இதை மிகச் சுலபமாய் மற்ற உணவு வகைகளுடன் கலந்திட முடியும். உதாரணமாய், குழைய வைத்த வாழைப்பழம் காய்கறிகள் மற்றும் தயிருடன் உங்கள் குழந்தைக்கு நெஸ்டம் கொடுங்கள். நெஸ்டம் தரும் எல்லா வித மிருதுவான தனிச் சிறப்பான போஷாக்குகளுடன் அவன் வளருவதைப் பாருங்கள்.

இலவசம்
நெஸ்டம் செய்முறை
புத்தகத்திற்கு எழுதுங்கள். போஸ்ட் பேக் 25.
புதுடில்லி-110016

நெஸ்டம்

எளிதில் ஜீரணிக்க உகந்த குழந்தை ஆகாரம்.

TS McCann/NESTUM/1492 TM

முக்கிய அறிவிப்பு : உங்கள் குழந்தைக்கு தாய்ப்பால்தான் மிகவும் சிறந்தது. உங்கள் குழந்தைக்கு 4 மாதங்கள் ஆனதில் இருந்து தாய்ப்பாலுடன் குழந்தைத் தானிய உணவும் கொடுங்கள்.

'கழுவுறதைங்க அத்தானோட சீட்டு விளையாடுச்கன்னா, சமையல் யார்... எப்படி?'' மனதுள் ஆரம்பித்த முனகல் கணவனது உற்சாகத்தில் மறைந்தது.

''அட! சிக்கன் மக்ரோனியா? எனக்குப் பிடிச்ச சைனீஸ் டிஷ். நீ இத்தனை நாள் இது சமைக்கவேயில்லையே அகில்.''

''போன மாசம்தான் நானே கத்துக்கிட்டேன். நான் ரெஸிப்பி தரேன்கா.''

விமலாவும் விஜியும் வளையவந்து பரிமாறி, கடைசியாக வறுத்த தேங்காய்ப் பூ தூவி பீடா கூட சுருட்டி நீட்டினார்கள்!

அகல்யாவிற்கு மூச்சடைத்தது!

''நீங்களும் சாப்பிடுங்க விம்மி. கழுவி கவிழ்க்க நானும் வரேன்'' என்றாள்.

''சாயங்காலமா ஒரு பொண்ணு வந்து கழுவி, துவைக்க தந்திடுவாக்கா. நீ நல்லா ஒரு தூக்கம் போடு'' என்று தங்கைகள் கண்சிமிட்டி சிரித்தனர்.

அம்மாவைக் கட்டியபடி படுத்தாள்.

''உன் கொழுந்தன்மாருக்கு தினம் உன் வீட்டுக்கு வராம தீராதுன்னு எழுதியிருந்தியே'' அம்மா சிரித்தார்கள்.

''ம். டிபனோ, டின்னரோ எங்க கூடத்தான். அத்தை மாமாவுக்குக் காரியரில் வச்சு கொடுத்தனுப்புவேன்.''

''இனி மூணு வேளையும் அங்க நாயுடு சமையல்தான்.''

''சீக்கிரமா வந்திடுங்கண்ணின்னு நூறு தரம் சொல்லித்தான் அனுப்பி வைச்சாங்க'' சொல்கையிலேயே அவள் மவம் பொங்கி நெகிழ்ந்தது.

மாலை டிபனுக்கு சீஸ் பக்கோடா சாஸுடன் பரிமாறப்பட்டது.

'அகல்யா வந்திருக்காப் போல?' என்று எதிர், பக்கத்து வீட்டுப் பெண்கள் 'எட்டிப் பார்க்க' வந்து சாவகாசமாய் பேசினர்.

''சரி கனகம். உம்மாப்பிள்ளை வந்திருக்கற நேரம். தலைக்கு மேல வேலையிருக்கும். கிளம்பறோம்'' என்று அவர்கள் எழுகையில் அம்மா தடுத்தார்கள்.

''இதோ விம்மி உங்களுக்கெல்லாம் காப்பி கொண்டு வரா. இருங்க. எனக்கென்ன வேலை. விஜியும் விம்மியும் எனக்குக் கையும் கண்ணுமா இருந்து சகலமும் பார்த்துக்குறுதுங்களே.''

அகல்யாவினுள் ஏதோ 'சப்'பென்று அடங்கியது. அவள் அம்மாவை எண்ணி மருகியதற்கு மாறாய், இந்த நான்கு குழந்தைகளுள்ள வீட்டில், அவளில்லாமல் வீடு முன்னையும் விட அம்சமாய் நேர்த்தியாய் இயங்கிக் கொண்டிருந்தது.

அப்பாக் கூட இளைய பெண்கள் நீட்டிய டிபன் தட்டுகள், ''ம்... இன்னைக்கு என்னப் புதுசா?'' என்று அலுப்பது போல ஆவலாய் வாங்கி ருசித்துச் சாப்பிட்டார்!

'டேய், உன் வேலையை நீதான் செய்யணும்' என்ற விஜியின் அதட்டலில் தம்பி அவன் மட்டை, அழுக்குத் துணிகள், பை, ஷூ அனைத்தையும் அதனதன் இடத்தில் இட்டான். காய்கறி, பால் அனைத்தையும் 'டாண்'ணென்று வீட்டில் இறக்கினான். சின்ன தங்கை பாட்டு கேட்டவாறு குவிந்திருந்த துணிகளை இஸ்திரி செய்து அடுக்கினாள்.

''அத்தைக்குப் பிள்ளைகளை எப்படி வளர்க்கணும்ங்கறது தெரிஞ்சிருக்கு'' ரஞ்சன் சிலாகித்தான்.

குடும்பம் ஸ்தம்பிக்காது, மேலும் நடபுடல் படுவது கண்டு அகல்யாதான் ஸ்தம்பித்து நின்றாள்.

அன்றிரவு கணவனைக் கட்டிக் கொண்டு அவன் கழுத்துக்குள் முனங்கினாள் அவள்.

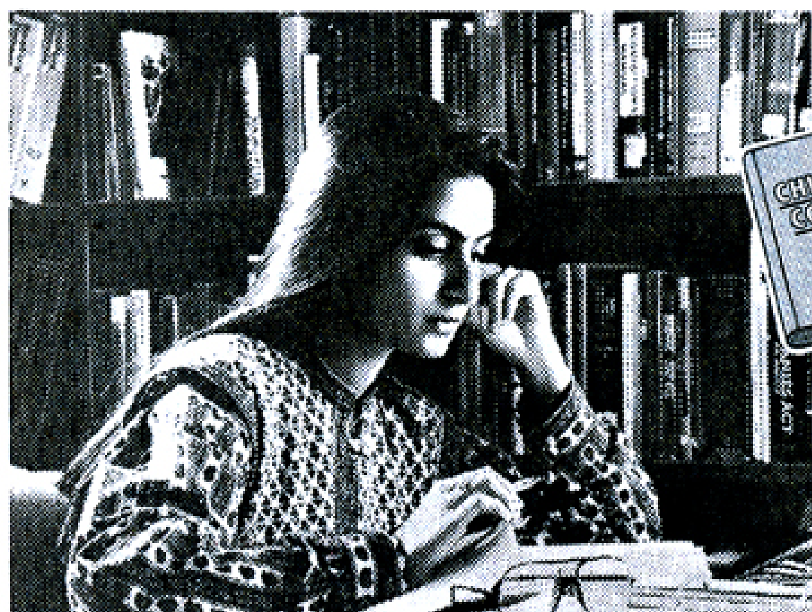
''நல்லவேளை உங்களுக்கு நான் ஒரே பொண்டாட்டி'' என்று!

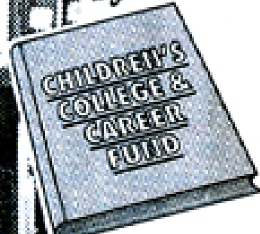


ஒரு முறை எப்போதும் போல் கறுப்பு பினாயில் ஊற்றி வீட்டைக் கழுவிவிட்டேன். வீட்டில் இருப்பவர்களிடமிருந்து ஒரே திட்டு; 'மருந்து வாசனை அடிக்கிறது' என்று! சட்டென ஒரு யோசனை தோன்றியது. 'கம்'மென்று மணம் வீசும் ஷாம்புவை எடுத்து இரண்டே சொட்டு, சிறிது நீரில் கலந்து டைனிங் ஹாலை மெழுகி விட்டேன். என்ன ஆச்சரியம்! வீடு முழுவதும் 'கம்கம்' வாசனை!

– கி. மஞ்சுளா

உங்கள் மகள் சிரமப்பட்டுப் படிப்பது மட்டுமே போதாது.
அவளுக்கு ஒளிமயமான எதிர்காலத்தை உருவாக்க நீங்கள் திட்டமிட வேண்டும்.





இரவு முழுதும் கண்விழித்து படித்து, முன்னேற வேண்டும் என்ற மன உறுதி. அதோடு யூடிஐ வழங்கும் 'காலேஜ் & கேரியர் ஃபண்டில்' நீங்கள் செய்யும் முதலீட்டைப் பயன்படுத்தி, அவள் அந்த உச்ச நிலையை எந்தக் குறிக்கோளை சாதிப்பதற்கு சாத்தியமாகும்.

உங்களுடைய குழந்தை/மகள் 15 வயதிற்குட்பட்டிருப்பின், நீங்கள் இப்போதே முதலீடு செய்து அவளுடைய ஒளிமயமான எதிர்காலத்திற்கு வழிவகுக்கலாம். அது அவளுடைய கல்லூரி மேற்படிப்பிற்கோ அல்லது தொழில் துவங்கவோ கை கொடுத்து உதவும். ஃபண்டின், படிப்படியாக பணத்தை திருப்பி எடுக்கவல்ல சௌகரியம், அந்த படிப்பின் மேலும் மற்ற செலவுகளுக்கு தேவையான போது பெரிதும் உதவிடும். ஆண்டாண்டு தோறும் அதிகமாய் முதலீடு செய்வீர்களேயானால், அவளுடைய எதிர்காலம் அதிக ஒளிமயமாய் அமையும். இந்த ஃபண்ட் வளர்ந்து கொண்டே இருக்கிறது. உங்கள் குழந்தை வளர்வதைப் போன்றே வளரும் வகையில் உங்கள் பணத்தை யூடிஐ முதலீடு செய்வதுதான் அதற்குக் காரணம்.

சிறப்பு அம்சங்கள்

- ☐ ஒரு ஒப்பன் — எண்டெட் திட்டம்.
- ☐ 15 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகளுக்கான திட்டம். 18 லிருந்து 23 வயதுவரை படிப்படியான முறையில் பணத்தைத் திருப்பி எடுக்கவல்லது.
- ☐ ஒவ்வொரு யூனிட்டும் ரூ.10, குறைந்தபட்ச முதலீடு ரூ.2000, மற்றும் அதற்கு மேல் ரூ.500-ன் மடங்கில், 15 வயதுக்குட்பட்ட உங்கள் குழந்தைக்கு.
- ☐ பண்டில் ஏற்படும் வளர்ச்சி போனஸ் யூனிட்டுகளாக அதற்குரிய காலவரையில் சேர்க்கப்படும்.
- ☐ ஒவ்வொரு ஆண்டும் இருமுறை பகுதியளவு பணத்தைத் திருப்பி எடுத்தல் அனுமதிக்கப்படும் — 18 வயதில் 50% பிறகு ஒவ்வொரு ஆண்டும் அதோடு 10% கூடுதலாக 23 வயதுவரை.
- ☐ ஒன்றுவிட்ட அடுத்த குழந்தைக்கு (15 வயதுக்குட்பட்டவர்) நியமன வசதி.

விண்ணப்ப பாரங்களுக்கு ஏதேனும் யூனிட் ட்ரஸ்ட் காரியாலயம், முக்கிய பிரதிநிதி அல்லது ஏஜெண்டுகளையோ அணுகவும்.



யூனிட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா

உங்கள் ஒளிமயமான எதிர்காலத்திற்காக



CHILDREN'S COLLEGE AND CAREER FUND
UNIT PLAN-93

திட்டம் துவங்கிய தேதி: ஜூலை 12, 1993

மண்டல அலுவலகம்: 29, இராஜாஜி சாலை, சென்னை 600 001. போன்: 517101
கிளை அலுவலகங்கள்: • கோயம்புத்தூர். போன்: 210399 • சென்னை. போன்: 517101, 517190
• மதுரை. போன்: 38186 • திருச்சி. போன்: 32619

UTI 57 93 TM C

இது ஒரு



* அனுராஜா, புவனராணி

வித்தியாசமான சங்கம்!

நமக்குக் கபில்தேவ், கவாஸ்கரைத் தெரியும். பாஸ்கரைக் கூடத் தெரியும். ஆனால் சாந்தா ரெங்கசாமி, அனுபமா கோகலே, அனுராஜா* இவர்களையெல்லாம் தெரியுமா? தெரியாது. கிரிக்கெட், செஸ், கேரத்தின் முடிசூடா ராணிகள் இவர்கள். ஆனால் ஸ்ரீகாந்த், சாஸ்திரி போன்றவர்களுக்கு எல்லாம் கிடைக்கும் விளம்பரங்கள் இவர்களுக்குக் கிடையாது.

விளையாட்டுத் துறையில் பெண்கள் ஊக்குவிக்கப்படுவது மிகவும் குறைவு. பி.டி. உஷா உலகப் புகழ் பெற்றார். அஸ்வினி நாச்சப்பா தாங்கள் வெளிநாடு சென்று பெற்ற கஷ்டங்களை யெல்லாம் மிகத் தைரியமாக பேட்டி கொடுத்திருக்கிறார். ஏதோ ஒரு நான்கைந்து பெண்களின் பெயர்கள் விளையாட்டுத் துறையில் தெரியுமே தவிர, மிக அற்புதமான விளையாட்டு வீராங்கனைகள் நம்மிடையே இருப்பது நமக்குத் தெரியாது.

''விளையாட்டு வீராங்கனைகளை ஊக்குவிக்கவே 'கோல்டன் ஸ்கொயர்ஸ் வுமன்ஸ் அசோசியேஷனை' ஆரம்பித்தோம்'' என்கிறார் ஸ்ரீமதி ஜெகன்னாதன். இவருடைய பெண் விளையாட்டு வீராங்கனை. இவருடன் டோர்னமெண்ட்டுக்கு



வெளியூர் போன போது அங்கே போட்டிகள் நடத்தப்பட்ட விதம் ஸ்ரீமதியை மிகவும் பாதித்திருக்கிறது. சந்தைக் கடை போலிருந்த அந்தச் சூழ்நிலையைக் கண்டு மனம் வெதும்பிப் போனார். அன்று ஒரு சபதம் எடுத்தார், பெண்களுக்கான விளையாட்டுப் போட்டிகளை நடத்த ஒரு சங்கம் ஆரம்பிப்பேன் என்று.

அதே போன்று தன்னுடைய சொந்த ஊரான சேலத்திற்குத் திரும்பியவர் அலமேலு சம்பத், உமா பழனியப்பன், சுப்புரத்தினம் பிரபாகரன், வள்ளி சுப்ரமணியம், சோலைச்சி சொக்கலிங்கம் இவர்களைக் கூட்டமைத்துக் கொண்டு கோல்டன் ஸ்கொயர் வுமன்ஸ் அசோசியேஷனை ஆரம்பித்து



விட்டார்.

செஸ் டோர்னமெண்ட்டை நடத்திய இவர்கள் சமீபத்தில் கேரம் போட்டியையும் நடத்தினர். ஃபைனலில் அனுராஜு‾ம், யுவராணியும் போட்டியை ஆரம்பித்தார்கள். ராத்திரி எட்டு மணி வரை ஒருவருக்கொருவர் சளைக்காமல் விளையாடிக் கொண்டு இருந்தார்கள். கடைசியில் சென்னையைச் சேர்ந்த அனு வெற்றி பெற்றார்.

அனு உலகின் நெம்பர் 1 கேரம் வீராங்கனை எனக் கேள்விப்பட்ட போது பிரமிப்பாக இருந்தது.

''ஆமாம்'' என்றார் அடக்கமாக அனுராஜு‾. ''கேரம் போட்டி உலகின் ஏழு நாடுகளிடையே போன வருடம் நடந்தது. அதிலே கடைசியிலே நான் ஜெயித்தேன்'' என்கிறார் புன்முறுவலோடு. இப்படிப்பட்ட பெண்ணோடு சேலத்தைச் சேர்ந்த யுவராணி கடைசி வரை விடாமல் ஆடியது அவருடைய திறமையைக் காட்டுகிறது.

நம்மிடையே இப்படிப்பட்ட அபூர்வமான வீராங்கனைகள் இருக்கிறார்கள். அன்றைய போட்டிக்கு அறுபத்தியோரு பெண்கள் வந்திருந்தார்கள். இவர்களுக்கு இடம் கொடுத்து நல்ல சூழ்நிலையைத் தியாகராய கல்லூரி ஏற்படுத்திக் கொடுத்திருந்தது. தொழிலதிபரான ராமசாமி உடையார் இப்போட்டியை ஸ்பான்சர் செய்திருந்தார்.

பெண்கள் விளையாட்டு வீராங்கனைகளை ஊக்கப்படுத்திப் போட்டிகள் நடத்துகின்ற அபூர்வமான இந்தச் சங்கத்தைப் பார்த்த போது பெருமிதமாக இருந்தது. இதிலுள்ள உறுப்பினர்கள் அனைவரும் பிஸியான குடும்பம், குழந்தைகள், விருந்தினர்கள் என நாள் முழுவதும் வேலையுள்ள குடும்பத் தலைவிகள். ஆனாலும் டோர்னமெண்ட் நடந்த இரண்டு நாட்களும் வீராங்கனைகளுக்குச் சாப்பாடு, தங்குமிடம் என கவனித்துக் கொண்டிருந்தார்கள். கவனம் சிதறாமல் ஆட அமைதியான சூழ்நிலையை ஏற்படுத்தி இருந்தார்கள்.



''நானும் எத்தனையோ டோர்ன மெண்ட்டுகளைப் பார்த்திருக்கிறேன். இவ் வளவு அருமையான ஏற்பாடுகளைச் செய்த சங்கம் இது ஒன்றுதான்'' எனப் பாராட்டி னார் 'கேரம்' விளையாட்டையே வாழ்க்கை யாகக் கொண்ட கோச் பங்காரு பாபு.

''இன்றைய இளையதலைமுறையினர் சமூகச் சூழ்நிலை காரணமாக எளிதில் போதைப் பொருளுக்கு அடிமையாகி விடுகிறார்கள். ஆனால் சக்தியிக்க இளைய தலைமுறையை அவர்களுடைய இளமைச் சக்தியை நல்ல முறையில் செலவழிக்கக் கூடிய விளையாட்டுத் துறையில் ஈடுபடுத்த வேண்டும். அப்படி ஊக்குவித்தோமானால் இன்றைய இளைஞர்களை பிடித்துள்ள மிகப் பெரிய வியாதி நீங்கி விடும். அப்படி ஒரு மிகப் பெரிய சேவையை இந்த சங்கம் செய்கிறது'' என்றார் தியாகராய தொழில் நுட்பக் கல்லூரியின் முதல்வர் நீரஜ்லால்.

பெண்கள் சங்கம் என்றால் சமையல், தையல் வகுப்புக்கள், மனநல வகுப்புக்கள், சமூக சேவை என்று வளர்ந்து கொண்டே வருகிறது. அதையும் தாண்டி ஒரு அரசாங்கம் செய்ய வேண்டிய வேலையை அமைதியாக ஒரு பெண்கள் சங்கம் செய்து கொண்டு இருக்கிறது என்றால் ஆச்சர்யம்தானே!

– 'புவன்'



அற்புதமான சுவை,
மணம் நிறைந்த மகிழ்ச்சி!

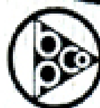
அதுவே பெஸ்ட் குலாப் ஜாமுன் மிக்ஸ்
மற்றும் பெஸ்ட் ரியல் பாதாம் மில்க்

BEST BRAND
FOR PREPARING
REAL BADAM MILK

BEST BRAND
INSTANT
GULAB JAMOON MIX
TO PREPARE 50 JAMOONS

உங்கள் வாழ்க்கைக்கு சுவையூட்டும்
எங்களது இதர தயாரிப்புக்கள்.

பெஸ்ட் ஹல்வா மிக்ஸ்
பெஸ்ட் ஐஸ்க்ரீம் மிக்ஸ்
பெஸ்ட் ரவா இட்லி மிக்ஸ்
பெஸ்ட் ரசகுல்லா மிக்ஸ்
பெஸ்ட் வடை மிக்ஸ்.



BEST PRODUCTS CO.
108, BULL TEMPLE ROAD CROSS,
BANGALORE-560 019
PHONE: OFF: 602992, RESI: 608350

VITTO

குழந்தைகளிடம் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்!

என்னதான் பிள்ளைகளின் செயல்கள் உங்களுக்கு எரிச்சலூட்டுவதாய் அமைந்திருந்தாலும், அவர்களின் துறுதுறுப்பு சமயத்தில் உங்களையும் குழந்தையாக்கவே செய்யும்.

கோடை விடுமுறையில் அவர்களுடன் சரிக்குச் சரியாக நீங்களும் மைதானத்துக்குச் சென்று பட்டம் விடுவீர்கள். அட்லீஸ்ட் பக்கத்தில் நின்று, வானத்தை அண்ணாந்து ரசிக்கவாவது ரசிப்பீர்கள்.

அந்தப் பட்டம் -

வண்ணக் காகிதமும், நூல்களும் மட்டுமல்ல. அது உங்கள் இளமைப் பருவத்தின் இனிமைகளை மீண்டும் மனக்கண்ணில் கொண்டு நிறுத்துவதாகும். உங்கள் பிள்ளைகளின் பரவசம் உங்களையும் தொற்றிக் கொண்டு விடும். என்றோ தொலைந்து போனதாக நீங்கள் எண்ணியிருந்த உற்சாகம் எங்கிருந்தோ ஓடி வந்து விடும். வயது, அந்த 'மலரும் நினைவுகளை' ஆடிப் புதைத்து விட்டதாக நீங்கள் வருந்த வேண்டியதில்லை. 'வயசாச்சு, இன்னமும் நாம் சின்னப்பிள்ளையா' என்று முதுமைக் கவசம் பூண்டு உங்களை நீங்களே ஏமாற்றிக் கொள்ளவும் வேண்டாம்.

எலிஸபெத் என்றொரு தெரபிஸ்ட். அவர் சொல்கிறார், 'குழந்தைத்தன்மை மட்டும் இல்லையென்றால் எளிமை, விழிப்பு, நம்பிக்கை, ஒளிவு மறைவற்ற வாழ்க்கை போன்றவற்றிற்கான சக்தியை நாம் இழந்து விடுவோம்' என்று. வயதாகி விட்டதனால், இந்தக் குழந்தைத்தன்மையை நாம் இழக்க வேண்டும் என்பதில்லை.





உங்கள் குழந்தையின் இயக்கத்தை உற்றுக் கவனியுங்கள். அவர்களிடமிருந்து எத்தனை பாடங்களைத் தினமும் நீங்கள் கற்றுக் கொள்ள முடியும் தெரியுமா? அந்த வழியில் உங்களுடைய ஆரோக்கியமான குழந்தைத் தன்மையை நீங்கள் திரும்பப் பெற முடியுமே.

அலுப்பு தட்டும் நீண்ட நேர ஆபீஸ் வேலையானது உங்களைக் களைப்புறச் செய்யும். வாழ்க்கை சுவாரஸ்யமே அற்றதாகத் தெரியும். சின்னச் சின்ன வேடிக்கை விளையாட்டுக்களை இடையிடையே மேற்கொண்டால் வேலை 'சுமை' ஆகி விடாது.

கவித்ரா இன்ஷூரன்ஸ் கம்பெனி ஒன்றின் மேனேஜர். 'வாழ்க்கையை அனுபவியுங்கள்.

இது ஒன்றும் ஆடை அணிவகுப்புக்கான ஒத்திகை அல்ல' என்று ஒரு அறிவிப்புப் பலகையை தன் அறை வாசலில் வைத்திருக்கிறாள். சொந்த வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சி உடைய வர்தாம் அலுவலகத்தில் நிறைய பலன் கொடுக்கிற பணியாளராய் திகழ முடியும். வாடிக்கையாளரை வசீகரிக்கும் சக்தியை அவர்கள் பெற்றிருப்பார்கள்.

கிருஷ்ணமூர்த்தி ஒரு பத்திரிகை எடிட்டர். தினமும் மேசையடியில் உட்கார்ந்து கட்டுக் கட்டாக புத்தகங்கள் புரட்டி, கை எழுத்துப் பிரதிகள் படித்து சிந்தனைவசமாகி மண்டை காய்கிறவர். செய்திகளைச் சூடாகக் கொடுக்கிற பரபரப்பில் எப்போதும் டென்ஷன்தான்.

இவர் எப்படிச் சமாளிக்கிறார்?

வார விடுமுறையில் தன் குழந்தைகளோடு விளையாடி, தோட்டத்துச் செடிகளுக்கு நீர் பாய்ச்சி, மனைவி ஊரில் இல்லாத போது பிள்ளைகளோடு ப்ரெட், ஜாம், தயிர்சாதம், ஊறுகாய் சமைத்துப் பரிமாறிக் கொண்டு 'ஜீவகளை'யைத் தக்க வைத்துக் கொள்கிறார். குழந்தைத்தனமான விளையாட்டு கடுமையான வேலைகளில் இழக்கப்பட்ட சக்தியைத் திரும்பப் பெற உதவுகிறது.

'உலகம் எத்தனை வியப்புக்குரியது!'

நாம் பார்க்காததை எல்லாம் குழந்தைகள் பார்க்கிறார்கள். புதிய கேள்விகளை எழுப்புகிறார்கள். நம்மையும் புதிதாகச் சிந்திக்க வைக்கிறார்கள். தத்துவ ஞானமே வியப்பில்தான் பிறக்கிறது.

உங்கள் குழந்தை, 'அப்பா... வானத்துக்கும் பூமிக்கும் எத்தனை தூரம்?'

'மம்மி, நாய் ஏன் வாலை ஆட்டுதாம்?'

'ஆமா, இலையோட கலர் எப்படி மாறுது?' என்று கேட்டு உங்களை அசத்தி விடும்.

'பாட்டி செத்துட்டாளே, இனிமே பார்க்க முடியாதா?' எட்டு வயதுப் பெண் ஏக்கமாய்க் கேட்கும்.

'முடியாதுடி கண்ணு' ஆறுதலாகச் சொல்வீர்கள்.

'எங்கே போயிட்டா?' சிந்தனை தெறிக்கும்.

'கடவுள்ட்ட...' சமாளிக்கப் பார்ப்பீர்கள்.

'கடவுள் எங்கே இருக்கார்? எப்படி இருப்பார்? நாம பார்க்க முடியுமா?' அடுக்கடுக்காகக் கேள்விகள் வந்து விழும் போது நீங்கள் திணறித்தான் போவீர்கள்.

நீங்களும் குழந்தை (வளர்ந்த)யாகி, அறிவு வளர்ச்சிக்கேற்ற பெரிய கேள்விகளை எழுப்பத் தொடங்கி விடுவீர்கள். ஆகக் கூடி உங்களுக்கும் அறிவுத் தாகம் உண்டாகி, பார்வை விசாலப்படும். பல கலைப் படைப்புகளும், கண்டுபிடிப்புகளும் குழந்தைத்தனமான கேள்விகளில் இருந்துதான் பிறந்தன.



'நம்புவதற்குத் தயாராக இருங்கள்'

குழந்தைகளிடம் நம்புகிற சுபாவம் போகிற அளவு உண்டு. அந்த சக்தியைப் பெற்றவர்கள் அவர்கள்.

காயத்திரிக்கு அவசரமாய் அமெரிக்கா போக வேண்டி இருந்தது. கம்பெனியில் கம்ப்யூட்டர் மேற்பயிற்சிக்காக அனுப்புகிறார்கள். ஐந்து வயதுப் பெண் குழந்தையைக் கூட்டிக் கொண்டு போகிற மாதிரி இல்லை. ஃபர்ஸ்ட் ஸ்டாண்டர்ட் படித்துக் கொண்டு இருக்கிறது.

''அம்மா, நீ எப்போ வருவே?''

''ஆறு மாசமாகும் கண்ணு.''

''என்னை யாரு பார்த்துப்பா?'' குழந்தையின் கேள்விக்கு என்ன பதில் சொல்ல. கணவனின் தூரத்து அத்தை ஒருத்தி வீட்டை பார்த்துக் கொள்கிற ஏற்பாடு.

'பாட்டி பார்த்துப்பா' காயத்ரி சொல்ல நினைத்தாள்.

''கடவுள் பார்த்துப்பார் இல்லே'' குழந்தை இடுப்பில் ஒரு கையும், முக வாயில் ஒரு கையும் வைத்துக் கொண்டு கேட்ட போது காயத்ரி அசந்து போயி நாள்.

'ஆம், கடவுள் பார்த்துப்பார்!'

தொலைதூரப் பயணத்தைத் தவிர்த்து மேற்கொண்டவள் தனக்காகவும் தைரி யத்தை அந்தக் குழந்தையிடம் பெற்றாள்.

கடவுள் எங்கேருக்கார்?



'இதயத்திற்கு மிக அருகில்' :

எங்கள் பக்கத்து வீட்டுச் சிறுவன் பாபு எங்கிருந்தோ ஒரு நாய்க் குட்டியைக் கொண்டு வந்தான். ஸ்கூல் விட்டு வரும் போது தெருமுனையில் நின்று கொண்டிருந் ததாம். இவனைக் கண்டதும் பின்னோடு ஓடி வந்ததாம்.

சின்ன நாய்க் குட்டி. வெள்ளை நிறத் தில் பழுப்பு திட்டுகளுடன் இருந்தது.

''டேய், அது ஒண்ணும் 'பைரீட்' இல்லை விரட்டி அடி.'' அம்மாக்காரி சத்தம் போட்டாள்.

''கொஞ்ச நாள் பொறுடா. ஜோன்ஸ் வீட்ல சொல்லியிருக்கேன். 'அல்சேஷன் பப்' கிடைக்கும்'' அப்பா ஆசை காட்டினார்.

பாபு எதையும் கேட்டுக் கொள்ள வில்லை. பாத்ரூமில் இருந்து தேய்ந்த சோப்புத் துண்டு, பழைய டவல், சாக்கு கந்தை என்று 'டாமி'க்கு ஒதுக்கினான். வீட்டுக்கு அழைத்து வந்த நிமிஷமே அதற்கு நாமகரணம் சூட்டியாயிற்று. 'டாமி' வீடு முழுக்க அவன் பின்னாடியே சுற்றி வந்தது. ஸ்கூலுக்கும், ப்ளே கிரவுண்டுக்கும் அவ னைத் தொடர ஆசைப்பட்டது.

பாபு தன்னுடைய சாப்பாட்டில், பிஸ் கட்டில் டாமிக்கும் பங்கு வைத்தான்.

கொல்லைப்புறம் சங்கிலியில் பிணைத் துக் கிடந்த டாமிக்கு 'டாடா' சொல்லி விட்டுத்தான் ஸ்கூல் போவான். மாலை ஸ்கூல் விட்டு வந்ததுமே டாமி யிடம் போய் உட்கார்ந்து கொண்டு விடுவான்.

'ஏய் டாமி, இன்னைக்கு க்ளாஸ்ல என்ன நடந்திச்சு தெரி யுமா?' என்று அந்த நாய்க் குட் டியை அள்ளி எடுத்து கன்னத்தில் இழைத்துக் கொண்டு பேசுவான். அப்போது பாபுவின் முகத்தில் அசாத்திய ஒளி பரவிக் கிடக்கும். நேசிப்பதில், நேசிக்கப்படுவதில் விளையும் அற்புதம்!

நிபந்தனையற்ற அன்பு குழந் தைகளிடத்தான் உண்டு.

வீட்டுக்கு விருந்தாளி வந்தி ருந்தார். குடிக்க ஏதாவது கொண்டு வரும்படி தாய் கட்டளையிட்டாள். சிறுமி கண்ணாடி டம்ளர்களில் க்ரேப் ஜூஸ் வைத்து 'ட்ரே'யில் எடுத்து வந்தாள். அவளது நடை யின் விரைவில் டம்ளர்கள் தட தடத்து ஜூஸ் நிறையவே தளும்பி கார்ப்பெட்டை நனைத்தது.

''உனக்குக் கொஞ்சம் கூட பொறுப்பில்லை, புத்தியும் இல்லை...'' என்று திட்டினாள் தாய்.

பிற்பாடு யோசிக்கையில், 'தவறுவது சகஜம். இத்தனை கடுமையாகத் திட்டியிருக்க வேண்டாமே என்று பட்டது. மகளை அருகில் அழைத்து,

''எனக்கென்னவோ எடுத்ததற்கெல் லாம் கோபம் வருகிறது. உன்னிடம் அனாவ சியமாகச் சப்தம் போட்டு விட்டேன்'' என் றார் சமாதானமாக.

''நான் அதை அப்போதே மறந்தாச் சம்மா. உன் மீது கொஞ்சமும் வருத்தம் இல்லை'' என்றாள் மகள் பாசம் பொங்க.

'நாம் இதயத்தால் பார்க்கும் போது எல்லாமே சரியாகத்தான் இருக்கும்' என் பது எத்தனை உண்மை.

– தேவநாதன்



பெங்களூர் – சேலம் ரயில் பாதை

என்ன தலைப்பு இது? ஏதோ எலெக்ஷன் வாக்குறுதி மாதிரி என்று பார்க்கிறீர்களா? நாங்கள் ரயில்வே காலனிவாசிகள். எல்லாவற்றையுமே ரயில்படுத்தித்தான் பார்ப்போம். என் தோழி சித்ராவைப் பார்த்தேன் நேற்று.

"என்ன நீ ரயில்வே காலனியை விட்டப்புறம் நாலு வருஷத்தில அஞ்சு வீடு மாத்திட்டே? ஏரியாவுக்கு ஏரியா எப்படி உனக்கு வீடு கிடைக்கிறது?"

"அதெல்லாம் நண்பி வட்டம். ஏரியாவுக்கு ஏரியா தோழிகள் எனக்கு வீடு பார்த்துக் கொடுக்கிறார்கள். சொந்த வீடு கட்டி காலனியை விட்டேன். இப்ப சொந்த வீடு ஒத்து வராமல் போகவும் வாடகை வீட்டில் இறங்கி விட்டேன்."

"அப்ப ஒன்னு பண்ணேன். அடுத்த முறை உனக்கு வீடு மாத்தற ஐடியா வர்றப்ப எங்க ஏரியா அதான் ஜெய் நகரில் வீடு பார்த்திட்டு வந்துடேன். எனக்கு அரட்டை அடிக்கிற ஃபோன் பில்லாவது குறையும்."

"ஆ. அதானே முடியாது? ஜெயநகருக்கு நாங்க ஒருக்காலும் வர மாட்டோம்."

சித்ரா அதிசயப்பட்டாள். பெரிய பெரிய வீதிகளும் மரங்களும் காம்ப்ளெக்ஸ்களுமாய் அழகு கொஞ்சும் ஜெயநகர். பெங்களூரின் இதயம்.

"ஏன்? ஏன்னேன்? யெஷ்வந்த்பூர் போனே, மாகடி ரோடில் இருந்தே, காயத்ரி நகர் போனே, கிருஷ்ணராஜபுரத்தில சொந்த



வீடு கட்டிக் குடி போனே, எங்க ஏரி யாவுக்கு ஏன் வர முடியாமா?''

''சொன்னியே இத்தனை ஏரியா, அத்தனையிலும் இருக்கற ஒன்னு உங்க ஊர்ல ஜெயநகரில இல்லையே? வேறு என்ன இருந்து என்ன பிரயோஜனம்? அவசரத் துக்கு எங்க வீட்டுக்காரர் அர்த்த ராத்திரியானாலும் 'ஷட்டில்ல' வந் திறங்க தண்டவாளம் இருக்கா ஜெயநகர்ல? ரயில்வே ஸ்டேஷன் இல்லாத ஏரியாவெல்லாம் ஒரு ஏரி யாவா? அந்த மாதிரி ஊர்ல எல் லாம் எங்களால் இருக்க முடியாது'' என்று அடித்துச் சொன்னேன் நான். பின்னே என்ன? பெங்களூரிலி ருந்து தன் இருப்பிடம் வரை இருப் புப் பாதை போட்டுக் கொள்ளச் செல்வாக்கு போதாமல் வருடம் கடத்தின ஏழுமலையானையே நாங்கள் திரும்பிப் பார்த்ததில்லை. 71-ல் மெட்ராசிலிருந்து திருப்பதி போனபப்புறம் மீண்டும் 93ல் பெங் களூர் திருப்பதி ரயில்வே லைன் வந்து அது சரியாக ஓடுகிறது என்று ஊர்ஜிதம் பண்ணிக் கொண்டபின் தான் பயணப் பட்டோம். பாலாஜி மகிழ்ந்து போனார் எங்களைப் பார்த்து.



ஜெயநகரில் வீடு பார்க்கவாவது? ஒரு wayside station கூட இல்லாமல்?

Wayside station என்றதும் ஞாபகம் வரு கிறது. எனக்குத் திருமணம் நிச்சயமானதும் எனக்கு பிரச்னை கிளம்பியது. என் கணவர் வேலை செய்த ஊரின் பெயர் அம்மா ஸந்திரா. இது எந்த ஸ்டேட்டில் இருக்கிறது என்று சரியாகக் கண்டுபிடித்து எழுதுபவர் களுக்கு ஒரு ஜக் பெங்களூர் குடிநீர் இல வசம்.

அந்த ஊரின் பெயர் எனக்குக் கொஞ்சம் கூடப் பிடிக்கவில்லை. கணவர் பெயர் பிடிக்காவிட்டாலும் அதைக் கொஞ்சம் மாற் றிக் கொள்ளச் சொல்லலாம். ஊர் பெயரை என்ன செய்ய முடியும்? நாம் கொடுத்து வைத்தது அவ்வளவுதான் என்று மனதைத் தேற்றிக் கொண்டேன். ஷோலாப்பூர், பகா ளாபாத் என்கிற மாதிரி ஊரில் இருக்கிறேன் என்று சொல்லிக் கொள்ளும் பாக்கியம் இல் லாமல் போயிற்று.

அதைவிடக் கொடுமை. அம்மா ஸந்திரா கிளம்பும் போது என் கணவர் மில்க் மெய்ட் டப்பாக்களை வாங்கிப் பை நிறைய அடுக்கிக் கொண்டது. ''அங்கெல்லாம் காலங்கார்த்தால பால்காரன் வர மாட்டான். நான் சீக்கிரம் டியூட்டி போக வேண்டும். பால் வாங்கித் தர நேரமிருக்காது" அடுத்த முறை சென்னை வரும் வரை இந்த டின்கள் போதாது'' என்றார்.

நான் 'தோள் கண்டார் தோளே கண் டார்' போல மில்க்மெய்ட் டின்களை வைத்த கண் வாங்காமல் பார்த்துப் பிரமித்தேன். என் பிறந்தகத்தில் வருடத்துக்கொருமுறை ஒற்றை டின் வாங்குவார்கள் ஏதாவது ஸ்பெ ஷல் ஸ்வீட்டுக்கு. இங்கு என்னடாவென் றால் டஜன் கணக்கில் அதுவும் காப்பிக்கு. அப்போது உறைக்கவில்லை எனக்கு. குடித் தனம் வைக்கிறேன் என்று கிளம்பிய சின்ன மாமியார் கழண்டு கொண்ட போதுதான் புரிந்தது. ஆமாம், மில்க்மெய்ட் 'காப்பி' என்னமாயிருக்கும்? அதாவது - பரவா யில்லை. மில்க் மெய்ட் தயிர்? ஐயோ, நான் பிறந்தது தயிர்க்குடி அதோடு மோர்க்குடி யும் கூட. எங்கப்பா கூஜா கூஜாவாக மோர் குடிப்பார். எங்க தாத்தாவுக்கு மோரைக் குடத்தில் கரைத்து வைப்பார்கள் என்று கேள்வி. கண்ணில் நீர் பொங்கியது. அந் நேரம் பார்த்துப் பக்கத்துத் தெருப் பிறந்தகம் எட்டிப் பார்க்க வேண்டுமா? அப்பா அம்மா வைப் பிரிந்து போகத்தான் நான் கலங்குவ தாக அவர்களாகத் தீர்மானம் செய்து கொண்டு உருகினார்கள். நானும் மொத்த மாய் மோருக்காக அழுதேன்.

இப்படியாக ரயில் சத்தமும் தண்டவாள மும் இணைபிரியாமல் வாழ்வில் ஒட்டிக் கொண்டே வந்திருக்கின்றன. ஊர் மாற்றி வீடு மாற்றி ஸ்கூல் மாற்றி (முதல் ஐந்து வருடப் படிப்பை ஐந்து வெவ்வேறு ஸ்கூ லில் படிக்க வைத்த எங்கள் பெருமைதான்

என்வோ) கொடி கட்டி, பக்கத்தில் எல்லா ரையும் பிரெண்ட் பிடித்து - மறக்கவே முடியாது.

பார்க்கிற எல்லா முகத்திலும் ரயில்வே முகத்தைத் தனியாகப் பிரித்துப் பார்த்து விட முடிகிற அபூர்வத் திறமை எனக்குக் கை வந்து விட்டது. அதைச் சும்மாச் சொல்லக் கூடாது. ரயில்வே ஊழியர்களுக்கு இஞ்சின் சாயலோடு முகத்தில் ஒரு தனிக் களை. அதை 'மிஸ்' பண்ணி விட்டாலும் அவர்கள் வாயிலிருந்து உதிர்கிற ரயில் அகராதிச் சொற்கள் தனியாக அவர்களை இனம் பிரித்துக் காட்டி விடும்.

ரயில்வே காலனியில் மனைவியரும் ரயிலேதான் பேசுவார்கள். சர்வேஸ்வர ராவின் மனைவி திடீரென்று அரட்டைச் சாவடி விட்டு நகர்வாள். எஜமானர் வந்து விட்டார் என்று. ஸ்டேஷனுக்குள் ரயில் நுழைகிறபோதே மனைவிக்காக சங்கேத ஹாரன் கொடுப்பாராம் அவளுடைய டிரை வர் கணவர். குழந்தைகள் கூட 'ஹைதரா பாத் எக்ஸ்பிரஸ்' கிளம்பறப்ப வா என்றோ பிருந்தாவன் பெல் ஆனவுடன் போகலாம் என்றோ பேசிக் கொள்வார்கள்.

ஏன்? நானே காலை மெட்றாஸ் மெயில் வந்து அரை மணி பார்த்து விட்டுத் தான் அரிசி களைவேன். காரணம், மெட்றாசி லிருந்து வரும் உறவும் நட்பும் பெங்களூர் வந்து கண் விழிப்பது என் குவார்ட்டர்ஸ் வாசலில் என்பதால். எத்தனையோ காலம் வரை அவர்கள் அப்படி வந்தது என் மீதுள்ள அதீத அன்பினால் என்று மனப்பூர்வமாக நம்பியிருந்தேன். தெரியாத்தனமாக எக்ஸ் டன்ஷன் ஏரியாவில் நான் வீடு கட்டின பின் அத்தனை பேரும் முறைத்ததைப் பார்க்க வேண்டுமே!



''அத்தனை பெரிய குவார்ட்டர்ஸை விட்டுட்டு இத்துனூண்டு வீடு கட்டுவாளோ? பைத்தியம், பைத்தியம்'' என்று ஒருத்தர்.

''மாப்பிள்ளை பாவம், இவ சொன்னபடி கேட்டுண்டு, எம்புட்டுத் தூரம் வேலை முடிந்து பஸ்ஸில் வர வேண்டியிருக்கு? தேமேன்னு ஸ்டேஷன் கிட்ட வீடு குடுத்திருந்தான்'' என்று உருகினார் இன்னொருத்தர்.

''என்னடி ஏரியா இது? நா வர்றப்ப எல்லாம் ஹோட்டல்ல தங்க வேண்டியிருக்கு?'' என்று நிஜப் பிரச்னையைச் சொன்னவள் அக்காதான்.

நானும் என் புருஷனு மாய் 'வாக்'கோ, சினி மாவோ எங்கு போனா லும் ஒவ்வொரு முச்சந்தி யிலும் என்னவருக்கு ஒரு ரயில்வேக்காரர் அகப்படு வார். இருவர் முகத்திலும் ஏற்படுகிற அந்த ஜொலிப் பைப் பார்க்க வேண்டுமே! மணிக்கணக்கில் ரோடில் நின்று பேசுவார்கள். என்ன பேசுவார்கள் என்று நினைக்கிறீர்கள்? டூ நாட் ஃபைவ் வந்ததா, ஃபைவ் நாட் ஒன் போச்சா இந்த வாரம் மார்னிங்கா, நைட்டா என்னிக்கு நைட் டியூட்டி. என் னிக்கு ரெஸ்ட், பிஜி லைன் இன்னும் எங் கெங்கே போடவில்லை? இந்த வருடம் எவ் வளவு போட சான்ஸ் இருக்கிறது? யார் எந்த வண்டியில் கார்டு? டிரைவர்? எம் எஸ் ஆருக்கு எங்கே டிரான்ஸ்ஃபர், நாயக் எங்கி ருக்கிறான்? கிருபா சங்கர் கேஸ் என்ன வாச்சு? இதேதான். கால் மாற்றிக் கால் வைத்து நின்று நின்று எனக்கு வெறுத்துப்

போகும். நண்பர் அந்தப் பக்கம் நகர்ந்ததும் சொல்வேன்.

''அவர் மனைவி திருச்சி ரேடியோ ஸ்டேஷனில் அப்பப்ப வீணை வாசிக்கிறார் தெரியுமோ?''

''என்ன உளர்றே? அவனுக்கு எப்ப கல்யாணம் ஆச்சு?''

''நாசமாப் போச்சு. அவர் பத்திரிகை தந்து நான் உங்க சார்புல வாழ்த்துத் தந்தி அனுப்பிச்சேன். அவா குடி வந்ததும் எவர் சில்வர் பக்கெட் பரிசளித்தேன். ஒரு சம்ப டம் நிறைய லட்டு போட்டுக் கொடுத்தாளே அவா!''

''எல்லாம் நீயே பண்ணியிருக்கே! எனக்கு எப்படித் தெரியும்?''

''என்ன செய்ய? அவர் பத்திரிகை குடுக்க வந்தப்ப நீங்க பங்கார்பேட்டை வெள்ளத்தில் ஸ்லீப்பர் எல்லாம் அடிச் சுண்டு போயிடுத்துன்னு ஸ்பெஷல் டியூட்டி போயிருந்தீங்க. குடித்தனம் வந்த போது ஒரு டிரைல்மெண்ட் ஷிந்துப்பூர்ல. லட்டு வந்த போது...''

''சரி சரி வந்ததும் சொல்றது?''

''முந்நூறு தடவை சொல்லியிருக்கேன். காதுல ஏத்திண்டாத்தானே! இப்படி சந்தி சந்தியா நின்னு கால் கடுக்க பேசறப்ப கல் யாணம் பொண்டாட்டி பிள்ளை பத்திப் பேசினா என்னவாம்?'' என்பேன். என் னமோ இதெல்லாம் ஒரு விஷயமாக்கும் என்கிறார் போல பார்த்து விட்டு ஃபோன் அடியில் போய் உட்காருவார் என் கணவர்.

எங்கள் குழந்தையின் முதல் மழலை எல்லாம் ரயில் பாடம்தான். 'ரோட் ஒன் ஃப்ரீ, ரோட் டூ ஆக்குப்பைட்'தான். ரோட் ஒன் மட்டும் ஏம்பா எப்பவும் ஃப்ரீயா இருக் குன்னு அறிவு வந்தவுடன் கேட்டது. அந்த வையும் ஃபோன் உரையாடல் ஊட்டிய அறிவுதான்.

நான் முதலிலேயே சொல்லியிருக் கிறேன் ரயில் தவிர வேறு எந்த வண்டியிலும் ஏற மாட்டோம் என்று. அப்படி ஏறிப் போகிற பயணங்களில் என் ரத்தக் கொதிப்பு ஒண்ணரை மடங்காய் எகிறியிருக்கும். என் கணவர் வழியில் வருகிற ஒவ்வொரு ஸ்டே ஷனிலும் இறங்கி விடுவார். பரவசத்தோடு பிளாட்பாரத்தைப் பார்ப்பார்.

''பார் இங்கே ஒரே ஒரு ஏ எஸ் எம் தானாம்.''

''இந்த டிவிஷன்ல நான் வொர்க்கே பண்ணலை.''

''இதப் பாரேன், நான் 74ல் நாராயண குருப்போடு ஃபிஷ் பிளேட் பார்த்துக் கொண்டே வந்த ஸ்டேஷன், என்னமா ஆயி டுச்சு பார்'' (ஒன்னுமும் பிரமாதமில்லை, மூணு ரயில் இந்த வழியா போறதாம். ஒண்ணு நிற்குமாம். ரெண்டு தாண்டி ஓடு மாம்.)

''இங்க பார் ஆச்சர்யம் பெங்களூர் மாதிரியே பிளாட்ஃபாரம்'' (ஆமாம், அதே மாதிரி பிச்சைக்காரன், அதே மாதிரி சொறி நாய், அந்தே மாதிரி தாடிக்கார டி.டி.ஆர்.)

இப்படி ஆத்து ஆத்துபட்டுப் போவார். ஜன்னல் வழியாக, ரயில் நகர ஆரம்பித்து நல்ல ஸ்பீட் எடுத்த பிறகுதான் வண்டியேறு வார். நிற்கிற ரயிலுக்குள் ஏறுகிறவனெல் லாம் ஒரு ரயில்வேக்காரனா? ரத்தக் கொதிப் புக்குக் காரணம் புரிந்ததா?

குழந்தைகள் வேறு தொணப்பும் அப்பா இன்னும் ஏறலையே!' என்று.

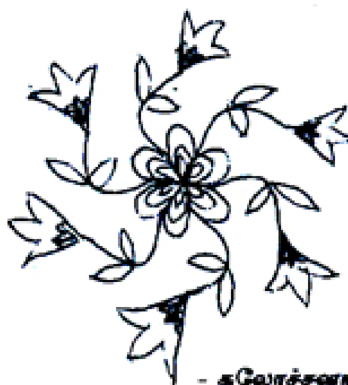
சரி போகிறது, ரிஸர்வ்ட் பயணத்தின் போது தான் உட்கார்ந்து போரடித்து பிளாட் பாரம் வரும் போது சுற்றுகிறார் என்றால் ரிஸர்வேஷன் இல்லாமல் கோவை பிருந்தா வன் எக்ஸ்பிரஸ்களில் வாசற்படியருகில் நின்று பயணிக்கும் போது என்ன செய்வார் தெரியுமா?

காற்றில் லவலவக்கும் அந்த ராக்ஷசக் கதவின் வேகத்தை மறித்துக் கொண்டு செருப்புக் காலும் தானுமாய் ஸ்டைலாக ஒரு கம்பத்தைப் பிடித்தபடி படியோரம் தொங்குவார். கண்கொட்டாமல் தண்டவா ளத்தின் அழகைப் பொங்கிக் கொண்டு பார்ப்பார். ஒவ்வொரு விநாடியும் உயிரைக் கையில் பிடித்துக் கொண்டு 'உள்ளே வாங்க' என்று அரற்ற வாய் திறக்கும் போது கண்கள் விரிய உள்ளே திரும்பி ''இங்கதான் ஆகஸ்ட்ல குட்ஸ் மேல பாசஞ்சர் ஏறிந்து'' ''இந்த லைன்லதான் 65 மேஜர் ஆக்ஸி டெண்ட்'' ''போன வாரம் ரெண்டு போகி (bogie) டிரைல் ஆச்சு இங்க'' என்கிற மாதிரி ஏதாவது சொல்லுவார்.

இப்போது சப்ஜெக்டுக்கு வரலாம். என் தோழியும் அவர் உறவினருமான சக்கு மாமி யின் பிள்ளை கிருஷ்ணனுக்கு செப்டம்பர் 5-ம் தேதி சேலத்தில் கல்யாணம். பத்திரி கையைப் பார்த்தவுடன் என் கணவர் குஷி யுடன் ரயில்வே பாஸுக்கு மனு பூர்த்தி செய்தார்.

---

7 - 4 வரை இடுக்கு புள்ளி



- கலோச்சனா சந்தானம்

''ஆனாலும் அநியாயம் யாராவது பெங்களூரிலிருந்து சேலத்துக்கு ரயிலில் போவார்களா? ரூ 27 டிக்கெட்டில் அருமையாய் பஸ் ஸர்வீஸ் இருக்கும் போது?'' என்றேன். அவருக்கு அது சவாலாகி விட்டது. ஏன் போக மாட்டார்கள்? ரயிலில்தான் போகப் போகிறோம் என்றார். பெங்களூரிலிருந்து எட்டு மணிக்குக் கிளம்பும் திருச்சி எக்ஸ்பிரஸ் நடுராத்திரி 11 மணிக்கு திருப்பத்தூர் போகுமாம். திருப்பத்தூரிலிருந்து சேலத்துக்கு பஸ்ஸில் போகலாமாம். அதற்கு பெங்களூரிலிருந்தே பஸ்ஸில் போகக் கூடாதா என்றேன். 'வருடம் பிறந்து எட்டு மாதமாயிற்று. இன்னும் ஒரு பாஸ் கூடப் போடவில்லை. இப்போது சேலத்துக்காவது போகலாமே என்றுதான்'' என்றார்.

''ஏன் ஜூன்லெ மெட்ராஸ் போனீங்களே! அது பாஸில் இல்லையா?'' என்று கேட்டேன்.

''சேச்சே! அது 'பங்க்ச்சுவாலிட்டி' டிரைவ் டியூட்டி மேல போய்ட்டு மறுநாள் நைட் ரெஸ்ட்டில் அண்ணாவைப் பார்த்துட்டு வந்தேன்.''

''தேவையா? இப்படி அவசரமா டியூட்டியோடு டியூட்டியா போய் வருவது? பாஸை வேஸ்ட் பண்ணாம லீவ் போட்டுட்டு எங்காவது போகக் கூடாதா?''

''எனக்கேது லீவ்? நீ வேணுமானா குழந்தைகளோடு போய்ட்டு வா!''

''நா எங்க போறது, உங்களை விட்டுட்டு?''

''அதுக்குத்தான் சேலத்துக்குப் பாஸ் போட்டேன். சனி, ஞாயிறில் நமக்காகவே வெச்சாப்பல கல்யாணம். போயிட்டு வருவோம்.''

''நான் வர மாட்டேன், நடு ராத்திரி தூக்கம் முழிச்சிண்டு, வெள்ளிக் கிழமை ராத்தூக்கம் கெட்டு, சனிக் கிழமை சத்திரம் சந்தடியில் தூக்கம் கெட்டு ஞாயிறு திரும்பவும் பிரயாணம் பண்ணி அடுத்தாப்பல அஞ்சு நாள் வொர்க்கிங் டேஸ், நான் ஆஃபீசில போய் என்னமா வேலை செய்ய? நீங்க ரயில்ல வாங்க, நான் பின்னால பஸ்ஸில வந்துடறேன்'' என்றேன்.

அவர் பார்த்தார். கொஞ்சம் இறங்கி வந்தார். சரி. வெள்ளி ராத்திரி தானே வேண்டாமென்கிறாய்? சனிக்கிழமை காலை போவோம் என்றார். சனிக்கிழமை காலை நாலரை மணிக்கே எழுந்து பெட்டிகளைக் குடைந்து அறைந்து அறைந்து மூடி என்னையும் எழுப்பினார். நான் கண்ணெரிச்சலோடு இட்லி வார்த்து எடுத்துக் கொண்டு ஏழரை மணி ரயிலுக்கு அவர் பின் நடந்தேன்.

மெட்றாஸ் எக்ஸ்பிரஸ்ஸில் சுமார் பத்தரை மணிக்கு ஜோலார்பேட்டை வந்தடைந்தோம். இறங்கினதுமே 'ஹிக்கின் பாதம்ஸ்' முன்நின்று சுமார் இரண்டு டஜன் புத்தகங்களை என் விருப்பம் போல கேட்டுக் கேட்டு வாங்கிக் கொடுத்தார். நான் பூரித்துப் போனேன். இத்தனையும் வைத்துக் கொண்டு 'தமிழ் எழுத்தாளர் பார்வையில் பெண்கள் நிலை' என்ற தலைப்பில் ஒரு ஆய்வுப் புத்தகம் எழுதலாம் போலிருக்கிறதே என்று நினைத்துக் கொண்டேன். சும்மாவா? வெற்றி பெற்ற பெண்ணுக்குப் பின்னே ஒரு ஆண் என்று சொன்னால் அது என் கணவர்தான். ஆய்வை அவருக்கே சமர்ப்பணமாக்கி எழுத வேண்டும் என்று கோட்டை கட்டினேன்.

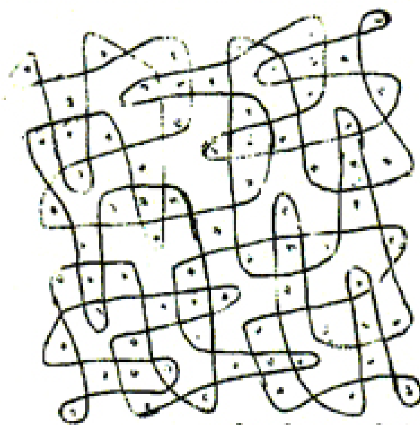
அதற்குள் அவர் மெள்ளச் சொன்னார். 'இப்படியே புத்தகம் படித்துக் கொண்டு பிளாட்பாரத்தில் உட்கார்ந்திருந்தால் மாலை 3 மணிக்கு வெஸ்ட் கோஸ்ட் வரும். நேரே சேலம் போயிடலாம்' என்றாரே பார்க்கலாம்.

எனக்கு அப்போது வந்த மண்டையிடி இருக்கிறதே அதுதான் வருடத்திலேயே உயர்மட்ட சிரப்புஞ்சி மழையளவுக்கு நிகரான தலைவலி. பத்தரை மணியிலிருந்து மூன்று மணி வரை ஜோலார்பேட்டை பிளாட்பாரத்திலா? என்று வெறியோடு உச்சஸ்தாயியில் சண்டை போட நான் ஸ்ருதி கூட்டிய நேரம் அற்புதம் நிகழ்ந்தது. என் உத்தமக் கணவனின் பிரதிக்ஞை விழுந்து போகாமல் தெய்வங்கள் காப்பாற்றின. ஒன்பது மணிக்கு ஜோலார்பேட்டை தொட்டிருக்க வேண்டிய கோவை எக்ஸ்பிரஸ் லேட்டாகி 10:45க்கு எங்கள் முன்நின்றது. நாங்களும் ஆனந்தமாக ஜோலார்பேட்டையிலிருந்து சேலம் வரை அதாவது பெங்களூரிலிருந்து சேலம் ரயில்லேயே போய்ச் சேர்ந்தோம்.

இதுதான் பெங்களூர் சேலம் ரயில் பாதையின் கதை.

இதைப் படித்தவர்களும் கேட்டவர்களும் ரயில் பாதை தண்டவாளம் உள்ளளவும் சுபிட்சமாகவும் சந்தோஷமாகவும் இருப்பார்களாக.

– மாலதி



கமலோச்சனா சந்தானம்

எவர்சில்வர், பித்தளை,
அலுமினிய பாத்திரங்கள்.

கிரைண்டர்கள்,
பிக்ஸிகள், குக்கர்கள்.

எதுவேண்டும் உங்களுக்கு
உற்பத்தி விலைக்கே
வாங்கிட வாருங்கள்
மங்கள் & மங்களுக்கு

மங்கள் & மங்கள்

(உற்பத்தியாளர்கள் & விற்பனையாளர்கள்)

பாத்திரக்கடல்

25, N.S.B ரோடு, திருச்சி-2. போன்: 29324

வெள்ளி ஜரிகை வாங்கப்படும்

SUKKRISH







சுந்தரா



மெய்யம்மை

பொருள் : பண்டிகை பலகாரம்

முதல் பரிசு ரூ. 300/-

ரவை தேங்காய்ப் பால் - கோவா காக்டெய்ல்

தேவையான பொருட்கள் :
பொடி பம்பாய் ரவை - 250 கிராம்,
பால் கோவா - 200 கிராம்,
தேங்காய்ப் பால் - 3 கப்,
நெய் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்,
சர்க்கரை - 500 கிராம்,
சுத்தமான தேன் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
பொடித்த அக்ரூட் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
பொடித்த ஏலக்காய், ஜாதிக்காய் - 1/2 டீஸ்பூன்,
அலங்கரிக்க - ஜரிகை தாள், பாதாம்,
பிஸ்தா தேவைக்கேற்ப.

இம்மாத இல்லத்தரசி

செய்முறை :

சர்க்கரையில் ஒரு கப் நீர் விட்டு கொதிக்க வைத்து அழுக்கு நீக்கி விட்டு, தேங்காய்ப் பால் விட்டுக் கலக்கவும். கொதி வரும் சமயத்தில், லேசாக வறுத்த ரவை, கோவா (சர்க்கரை போடாதது) போட்டு, கைவிடாமல் கிளறவும். நெய் விட்டு ஒட்டாமல் வரும் சமயத்தில், தேன், பொடித்த அக்ரூட், ஏலக்காய் ஆகியவற்றை போட்டு, நன்கு கிளறி இறக்கவும். ஒரு அழகான டிரேயில் நெய் தடவி ஒரு அங்குலம் அளவிற்கு பரப்பி, மேலே ஜரிகைத் தாள் ஒட்டி, பிரியப்பட்டால், பிஸ்தா, பாதாம் கொண்டு அலங்கரிக்கவும். பண்டிகைகளுக்கு சுலபமாகச் செய்யலாம். இது ஒரு நூதன பண்டிகை பலகாரம் எனலாம்.

- பா. ஆனந்தவல்லி, பெங்களூர்.

இரண்டாம் பரிசு : ரூ 200/-

சாப்ட் குக்கீ

தேவையான பொருட்கள் :
பாசிப் பருப்பு - 3/4 ஆழாக்கு,
கடலைப் பருப்பு - 1/2 ஆழாக்கு,
பொடித்த வெல்லம் - 1 ஆழாக்கு,

ஜாதிக்காய் - சிறிதளவு,
ஜாதிப்பத்ரி - கொஞ்சம்,
ஏலக்காய் - 4,
முந்திரி - 4,
தேங்காய்த் துருவல் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்,
புரூட்டி - 20 எண்ணிக்கை (சிகப்புக் கலரும், பச்சைக் கலரும்),
டால்டா விழுதானது - 3 டேபிள் ஸ்பூன்.

செய்முறை :

கடலைப் பருப்பையும், பாசிப் பருப் பையும் எண்ணெய் விடாமல் வாணலியில் போட்டு, அடுப்பில் வைத்து பொன்னிற மாய் வறுத்துத் தண்ணீரில் ஊறப் போட வேண்டும்.

இரண்டு மணி நேரம் ஊறிய பிறகு, கழுவி மிக்ஸியில் போட்டு அதிகம் தண்ணீர் விடாமல் நைசான விழுதாக அரைத்து எடுத் துக் கொண்டு, அடுப்பில் வாணலியை வைத்து, இரண்டு ஸ்பூன் (டேபிள் ஸ்பூன்) விழுது டால்டாவைப் போட்டுக் காய்ந்த வுடன், விழுதாக்கிய பருப்புக் கலவையைப் போட்டு, அடிப் பிடிக்காமல் கிளறி உசி லிக்கவும். கலவை, வெந்ததும் அடுப்பை அணைத்து விட்டு மூடி வைக்கவும்.

ஐந்து நிமிடம் கழித்துத் திறந்து உசி லியை உதிர்த்துக் கொள்ளவும். கட்டியில் லாமல் உதிர் உதிராக இருக்க வேண்டும்.

வெல்லத்தைக் கொஞ்சம் தண்ணீர் விட்டு, கனமான உருளி அல்லது இரும்புச் சட்டியில் போட்டு அடுப்பில் வைத்துப் பாகு காய்ச்சவும். பாகு நன்றாகக் கொதித் துக் கொண்டிருக்கும் பொழுதே, ஏலக்காய், ஜாதிக்காய், ஜாதிப் பத்ரி இவைகளைப் பொடி செய்து கொள்ளவும்.

பாகு உருட்டுகின்ற பதம் வந்தவுடன் பொடி செய்து வைத்திருந்த பவுடரைத் தூவி அடுப்பிலிருந்து இறக்கி, உதிர்த்து வைத் திருக்கும் உசிலியைக் கொட்டிக் கிளறவும்.

மீதமுள்ள டால்டாவைக் காயவைத்து, முந்திரியை வறுத்துக் கொண்டு, தேங்காய்த் துருவலையும் சிவக்க வறுத்து நெய்யுடன் கலவையில் கொட்டி விடவும்.

பத்து நிமிடங்களில் பொலபொல வென்றாகி விடும். நன்றாகக் கலந்து ஒரு பௌலில் எடுத்து வைத்து, கலர் கலரான ப்ரூட்டிகளை மேலே தூவவும்.

சூடாகவும், ஆறிய பிறகும் சாப்பிட மிருதுவாக இருக்கும். கை படாமல் வைத் திருந்தால் 4 நாள் வரை கெட்டுப் போகாமல் இருக்கும்.

தேவையானால் ஆறிய பிறகு ஒரு ஸ்பூன் உருக்கிய நல்ல நெய்யை மேலே பரத்தினாற் போல் விட்டால் சுகந்தமான மணத்தோடு சுவையாக இருக்கும்.

- கமலா நாகராஜன், காலிகட் - 3.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 100/-

காரம் : ஓலைப் பக்கோடா

தேவையான பொருட்கள் :

கடலை மாவு - ¼ கிலோ,
புழுங்கல் அரிசி - ¼ படி,
மிளகாய் வத்தல் - 10 (அ) 15,
டால்டா - 50 கிராம்,
காயம், உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
சீரகம் - சிறிது.

செய்முறை :

புழுங்கல் அரிசியை ஊறவைத்து மிருது வாக கிரைண்டரில் அரைக்கவும். அரைக் கும் போது, மிளகாய் வத்தல், சீரகம், காயம், உப்பு போட்டு அரைக்கவும். அரைத்த மாவு டன் சலித்த கடலை மாவு, 50 கிராம் டால்டா போட்டுப் பிசையவும். தேன் குழல் பிழிவ தில் ரிப்பன் பக்கோடா அச்சு போட்டு எண் ணெயில் பிழிந்து பொரித்து எடுக்கவும். இந்த மாவில் முறுக்கும் பிழியலாம். இது சாப்பிடுவதற்கு மொறுமொறுவென்று இருக்கும். காரம், காயம், சேர்ப்பதால் சீக்கிரத்தில் ஜீரணம் ஆகும்.

- புஷ்பா சீனிவாசன், சென்னை - 4.

ஆறுதல் பரிசு ரூ 50/-

கந்தரப்பம்

தேவையான பொருட்கள் :

பச்சை அரிசி - 4 ஆழாக்கு,
உளுத்தம் பருப்பு - ½ ஆழாக்கு,
வெல்லம் (கட்டி உடைத்தது) - 4 ஆழாக்கு,
தேங்காய் சிறிது - 1,
ஏலக்காய் - 5,
ரீபைண்ட் ஆயில், தேவையான அளவு.

செய்முறை :

முதலில் அரிசி, பருப்பு இரண்டையும் 2 மணி நேரம் ஊறவைக்கவும். தேங்காயைத்



பஜ்ஜி செய்ய எதுவும் காய்கள் இல்லையா? கவலை வேண்டாம். அப்பளப் பூவைப் பொரித்து, பின்பு பஜ்ஜி மாவில் தோய்த்து எண்ணெயில் போடுங்கள். மொரு மொரு பஜ்ஜி ரெடி. - கன்னியாகுமரி

நானே ரைஸ் சேவை செய்து கொண்டிருந்தேன் - டிடிகே-யின் சேவை வரும்வரை

டிடிகே ரைஸ் சேவை. வீட்டில் செய்வது போலவே நல்ல சுவையும் குணமும் நிறைந்து வருகிறது. உங்கள் குடும்பத்துக்கு காலை டிபன், மதிய உணவு, இரவு உணவுக்கு என்ன பிடிக்கும் என்பது டிடிகே ஃபுட்ஸ் பல வருடங்களாக அறிந்த ஒன்றல்லவா? எனவே தான் உங்களுக்காக குறைந்த விலையில் [500 கிராம் பாக்கெட் ரூ. 16] ரைஸ் சேவையை அளிக்கிறது. இந்த அளவில் 6 பேர் தாராளமாக சுவைத்து உண்ணலாம்.



டிடிகே ரைஸ் சேவையின் சுவை கண்டபின் என்றென்றும் இது உங்கள் சேவை.

இலவச சமையல் குறிப்பு புத்தகம் கிடைக்க எழுத வேண்டிய முகவரி :ப்ராடக்ட் மானேஜர், டிடிகே ஃபார்மா பிரைவேட் லிமிடெட், 11வது மாடி, ப்ரிகேட் டவர்ஸ், 135, ப்ரிகேட் ரோடு, பெங்களூர் - 560 025.

டிடிகே தயாரிப்பு

MAA COMMUNICATIONS 2185 92 TAM

ரவை ஒரு ஆழாக்கு, மைதா ஒரு ஆழாக்கு இரண்டையும் கரைத்து, 5 தக்காளிப் பழங்களை மிக்ஸியில் அடித்து, அதனுடன் சேர்த்துவிடவும். தேவையான உப்பு சேர்த்துவிட்டு, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கடுகு, உளுத்தம்பருப்பு, கறிவேப்பிலை தாளிதம் செய்து தோசை வார்த்தால் படுருசியாக இருக்கும்.

- கன்னியாகுமரி



துருவி ஏலக்காயைப் பொடித்து வைக்கவும். அரிசி ஊறியவுடன் இரண்டரில் தேங்காய், ஊறிய அரிசி, பருப்பு ஆகியவைகளைப் போட்டு அரைக்க வேண்டும். தண்ணீர் ஊற்றாமல் வெல்லத்தை சிறிது சிறிதாகப் போட்டு அரைக்கவும். நன்றாக மசிந்தவுடன் எடுத்து ஏலக்காய்ப் பொடியைத் தூவி நன்றாகக் கலக்கி வைக்கவும். கரண்டியில் எடுத்து ஊற்றுகிற மாதிரி இருக்க வேண்டும். ரொம்ப தண்ணியாகி விடக் கூடாது. ஓரளவு கெட்டியாய் இருக்க வேண்டும். முதல் நாள் இரவே இதெல்லாம் செய்து மாவைத் தயார் நிலையில் வைக்கலாம். காலையில் அடுப்பில் எண்ணெயைக் காயவைத்து பணியாரம் ஊற்றுவது போல் கரண்டியால் எடுத்து எண்ணெயில் ஊற்றவும். ஒருபுறம் சிவந்தவுடன் மறுபுறம் திருப்பி விட்டு வெந்ததும் எடுக்க வேண்டும். ஒன்று ஒன்றாகத்தான் ஊற்ற வேண்டும். வட்டம் வட்டமாகப் பார்ப்பதற்கு அழகாக இருக்கும். இது பண்டிகைக்கேற்ற இனிப்புப் பலகாரம். முதல் நாளே மாலை தயார் செய்து விடுவதால் பண்டிகையன்று வேலையும் குறையும். இது சாப்பிட இனிப்பாகவும், சுவையாகவும் இருக்கும்.

- எஸ். மெய்யம்மை, புதுடில்லி.

ஆறுதல் பரிசு : ரூ 50/-

உருளைக் கிழங்கு தேன்குழல்

தேவையான பொருட்கள் :

அரிசி மாவு - 1 ஆழாக்கு,
கடலை மாவு - 1 ஆழாக்கு,
உருளைக் கிழங்கு - ½ கிலோ,
நெய் - 5 மேசை கரண்டி,
பெருங்காயத்தூள் - ¼ டீஸ்பூன்,
மிளகாய்த் தூள் - 1½ டீஸ்பூன்,
எள்ளு - 2 டீஸ்பூன்,
சீரகப் பொடி - 1 டீஸ்பூன்,
புளித்த தயிர் - 4 டீஸ்பூன்,
தேவைக்கேற்ற டேபிள் சால்ட்,
பொறிப்பதற்கு எண்ணெய்.

செய்முறை :

முதலில் உருளைக் கிழங்கை வேக வைத்துக் கொள்ளவும். ஆறிய பிறகு தோலை உரித்து, மிக்ஸியில் கொஞ்சம் தண்ணீர் விட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும். இது கூழ் போல் இருக்கும். இதனை நான்கு பாகமாக பிரித்துக் கொள்ளவும்.

அரிசி மாவு, கடலை மாவு, மிளகாய்த் தூள், எள்ளு, பெருங்காயப் பொடி, சீரகப் பொடி, உப்பு எல்லாவற்றையும் நன்றாக சேர்த்துக் கலக்கவும்.

நெய்யை சூடாக்கி இந்தக் கலவையில் கொட்டி நன்றாகக் கலக்கவும். பிறகு இதனையும் நான்கு பாகமாக பிரித்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

இதில் ஒரு பாகத்தில், ஒரு பாக உருளைக் கிழங்கு கூழ், ஒரு டீஸ்பூன் தயிர் விட்டு, வேண்டிய தண்ணீர் விட்டு முறுக்கு மாவு போல் பிசைந்து கொள்ளவும்.

அடுப்பில் எண்ணெயை காய வைத்து, அரிசி மாவு கலவையை, தேன் குழல் அச்சில் இட்டு, எண்ணெய் காய்ந்தவுடன் (மீடியம் தீயில்) பிழிந்து கரகரப்பானவுடன் எண்ணெயில் இருந்து எடுத்து, ஆறிய பிறகு டப்பாவில் போட்டு மூடி வைக்க வேண்டும்.

மீதமுள்ள மூன்று பாகங்களையும் இதே முறையில் செய்யவும்.

இது 20 நாட்களானாலும் கெடாது.

- சுந்தரா வாசுதேவன், சித்தூர் - 1.

தீபாவளி ஸ்பெஷலுக்கு மேலும் சில :

கம்ப்யூட்டர் இனிப்பு லட்டு

தேவையான பொருட்கள் :

1. 450 கிராம் ஸ்வீட்டன்டு கன்டென்ஸ்டு மில்க் (Sweetened Condensed milk)
2. 250 கிராம் கொப்புரை துருவல் (அ) தேங்காய்த் துருவல்.

செய்முறை :

200 கிராம் தேங்காய்த் துருவலையும், 450 கிராம் ஸ்வீட்டன்டு கன்டென்ஸ்டு மில்க்கையும் ஒன்றாகக் கொட்டி, அடுப்பிலேற்றி 7 முதல் 8 நிமிடம் கிளறினால் கெட்டியாக சேர்ந்து கொண்டு வரும். அடுப்பை அணைத்து, ஆறியவுடன் உருண்டைகள் பிடித்து, மீதமுள்ள தேங்காய்த் துருவலில்

ஒவ்வொரு உருண்டையையும் பிரட்டி தட்டில் எடுத்து வைக்கவும்.

பின்குறிப்பு : அநேக சகோதரிகள் வேலைக்குப் போகும் இத் தருணத்தில், பத்து நிமிடத்திற்குள் செய்யக்கூடிய இனிப்பு லட்டு மிகவும் எளிதாகையால் இதற்கு கம்ப்யூட்டர் லட்டு என்று பெயர் வைத்தேன். இதன் சுவை திரட்டுப்பாலின் சுவையை ஒத்தது. பண்டிகை நாட்கள் மட்டு மின்றி சாதாரண நாட்களிலும் செய்யக் கூடியது.

- சாவித்திரி ராமச்சந்திரன், விழுப்புரம்.

மாப்பிள்ளை போளி

ஒவ்வொரு தீபாவளிக்கு முன் தினமும், ஒவ்வொரு முறை மாப்பிள்ளை எங்கள் வீட்டிற்கு வரும் போதும் இந்தப் போளி செய்வது எங்கள் வழக்கம். எனவே இதற்கு ''மாப்பிள்ளை போளி'' என்ற செல்லப் பெயரும் உண்டு. இதன் சிறப்பு நான்கு (அ) ஐந்து நாட்கள் ஆனாலும் கெடாது. எனவே ஊர்களுக்கும் செய்து கொடுத்தனுப்பலாம்.

தேவையான பொருட்கள் :
மைதா மாவு - 250 கிராம்,
வெல்லம் - 250 கிராம்,
பொட்டுக் கடலை - 150 கிராம்,
தேங்காய் - 1 பெரியது,
மஞ்சள் தூள், ஏலக்காய், பச்சை கற்பூரம் - தேவையான அளவு,
முந்திரி - 6 (அ) 8.

செய்முறை :

தேங்காயை பூப் போல துருவிக் கொள்ளவும். உடைத்த கடலையை மாவாக அரைத்துக் கொள்ளவும். வெல்லத்தை பொடியாக்கி வைத்துக் கொள்ளவும். பின் மைதாவை சலித்து விட்டு ஒரு சிட்டிகை உப்பு, தூள் மஞ்சள் பொடி சேர்த்து சப்பாத்தி மாவு போல் பிசைந்து கொள்ளவும். அதில் 2 ஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு மீண்டும் பிசைந்து வைக்கவும்.

வாய் அகன்ற பாத்திரத்தில் சிறிது நீர் சேர்த்து வெல்லத்தைப் போட்டு அடுப்பில் வைத்துக் கரைய விடவும். நன்கு கரைந்ததும் வடிகட்டியில் வடிகட்டவும். இதனால் கல், மண் தங்கி விடும். துருவிய தேங்காயை மிக்ஸியில் நீர் சேர்க்காமல் வெண்ணெயாக அரைத்து வைக்கவும். வெல்லத்தை கம்பிப் பாகு வரும் வரை மிதமான தீயில் வைத்து, பாகு வந்ததும் தேங்காய் விழுது, பொடித்த பொட்டுக் கடலை மாவையும் சேர்த்து இறுகி வரும் வரை கிளறிக் கொண்டே இருக்கவும். கெட்டியாகும் போது, ஏலக் காய், பச்சை கற்பூரத்தை நன்கு பொடி செய்து போட்டு, அத்துடன் மிகவும் சிறிதாக முந்திரியை உடைத்துப் போட்டு நன்கு கிளறவும். திரண்டு வரும் போது இறக்கி ஆற விடவும்.

ஆறிய பின் நெல்லிக்காய் அளவாக எல்லாப் பூர்ணத்தையும் உருட்டி வைத்துக் கொண்டு, அதே எண்ணிக்கையில் மைதா உருண்டைகளை செய்து கொள்ளவும். பின் மைதா உருண்டைகளை சப்பாத்திக் கல்லில், சப்பாத்தி போல் இட்டு, நடுவில் பூர்ண உருண்டை வைத்து நான்காக மடித்து மீண்டும் சப்பாத்தி போல் இட்டுக் கொள்ளவும். இவ்வாறு இட்டதை, அடுப்பில் தோசைக் கல் போட்டு மிதமான தீயில் போட்டு நெய் விட்டு இரண்டு புறமும் திருப்பி எடுக்கவும்.

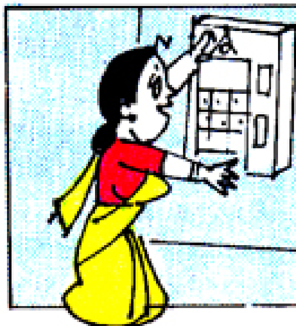
- பாமா நரஸிம்மன், சென்னை - 74.

கோஜாஸ்

தேவையான பொருட்கள் :
மைதா மாவு - 1/4 கிலோ,
டால்டா - 50 கிராம்,
சர்க்கரை - 1/4 கிலோ,
ரீபைண்ட் ஆயில் - 1/2 கிலோ,
ஏலக்காய் - 5,
உப்பு - 1 சிட்டிகை.

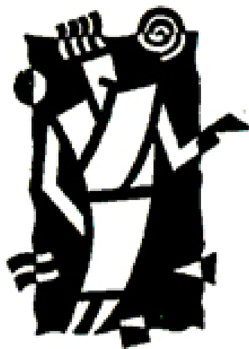
செய்முறை :

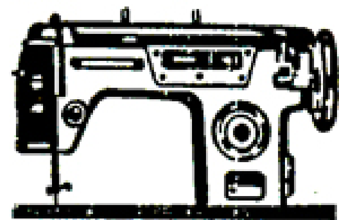
மைதா மாவைச் சலித்து 1 சிட்டிகை உப்பு, வனஸ்பதி சேர்த்து நீர் விட்டு கெட்டியாக பிசைந்து கொள்ளவும். சிறிது நேரம் கழித்து சிறு உருண்டைகளாக உருட்டி, 3 இன்ச் அளவில் மெல்லிய வட்டங்களாகத் தேய்த்துக் கொள்ளவும். இந்தப் பூரியை ரிப்பன் மாதிரி நீளநீளமாகக் கத்தியைக் கொண்டு நடுவே மட்டும் கீறிக் கொள்ளவும்.



வீட்டில் காலண்டர், சுவாமி காலண்டர்கள், சில டிசைன் போட்டோக்கள் மாட்ட வேண்டுமா? ஆணி அடித்துச் சுவரை வீணாக்க வேண்டாம். ஸ்விட்ச் போர்டுகளில் நான்கு பக்கமும் ஸ்க்ரு இருக்கும். அதில் அடிப்பக்கம் உள்ள ஸ்க்ருவை லேசாக லூஸ் செய்து அதில் காலண்டர் நூலை மாட்டி டைட் செய்துவிட்டால் அழகாக இருக்கும்.

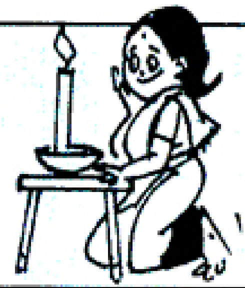
- கன்னியாகுமரி





உடைந்து போன கரண்டியில் குழிவான அகல் போன்ற பகுதியை வீணாக்காமல் மெழுகுவர்த்தி ஏற்றப் பயன்படுத்தலாம். எரிந்து சிறிதாகிப் போன மெழுகுவர்த்திகளை இந்தக் கரண்டி அகலில் போட்டு வைத்து மெழுகுவர்த்தி ஏற்றினால், சூட்டில் அவையும் உருகிப் போகும். நன்றாக எல்லாம் உருகிய பிறகு அதில் ஒரு நூலைத் திரியாகப் போட்டு எரிய விடலாம்.

- கன்னியாகுமரி



பிறகு ஒவ்வொரு ரிப்பனையும் தனித் தனியே எடுத்து பிறகு லேசாக இரண்டு மூன்று முறை திருப்பி இரு முனைகளையும் நன்றாக ஒட்டி விடவும். வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றிக் காய்ந்தவுடன் இந்த கோஜாக்களை ஒவ்வொன்றாகப் போட்டு நன்றாக மொறுமொறுப்பானவுடன் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

சர்க்கரையில் சிறிது நீர் ஊற்றி அடுப்பில் வைத்து கம்பிப் பாகாக வைத்துக் கொள்ளவும். பொரித்த கோஜாக்களை பாகில் நனைத்து ஒரு தட்டில் அடுக்கி அதன் மீது ஏலக்காய் பொடியைத் தூவவும். (அல்லது சர்க்கரைப் பாகில் போடாமல் சர்க்கரையைப் பொடி செய்து கோஜாக்களைப் பொரித்தவுடன் அவை சூடாக இருக்கும் போது தூவி விட்டால், சர்க்கரை பூத்து வெள்ளையாக பார்க்க அழகாக இருக்கும்.)

- உமா மகேஸ்வரி, கோவை - 2.

மக்னீ உருண்டை :

தேவையான பொருட்கள் :

பாசிப் பருப்பு - ¼ கிலோ,
சீனி - 400 கிராம்,
டால்டா (அ) நெய் - ½ கிலோ,
நெய்யில் வறுத்த
ஒடித்த முந்திரி பருப்பு - 3 ரூபாய்க்கு,
உலர்ந்த திராட்சை - 2 ரூபாய்க்கு,
ஏலக்காய் - 1 ரூபாய்க்கு.

செய்முறை :

நல்ல சுத்தமான பாசிப் பருப்பை கடாயில் கொட்டி (எண்ணெய் விடாமல் காந்த விடாமல்) வறுத்துக் கொள்ளவும். பொன்னிறமாக வந்தவுடன் மாவு மிஷினில் கொடுத்து பருப்பையும், சீனியையும் தனித் தனியாக நைசாக அரைத்து வாங்கவும். பிறகு பாத்திரத்தில் மாவு, சீனி, பொடித்த ஏலக்காய் தூள், முந்திரிப் பருப்பு, நெய்யில் வறுத்த திராட்சை ஆகியவற்றை நன்றாகக் கலந்து நெய்யை நிதானமான சூட்டில் அடுப்பில் வைத்து கொண்டே ஒரு கரண்டியில் எடுத்து கொஞ்சம் கொஞ்சமாக மாவில் ஊற்றிக் கொண்டே உடனே, உடனே சூடு ஆறுவதற்கு முன் உருண்டை பிடித்து விட வேண்டும்.

செய்வதற்கு எளியது. சத்தான உணவும் கூட.

- ஜி. மைதிலி, மதுரை - 20.

சர்க்கரைச் சீடை

தேவையான பொருட்கள் :

தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்,
சர்க்கரை - 1 கப் (அ)
கூட குறைய (ருசிக்கேற்ப),
கோதுமை மாவு - 1½ கப்,
அரிசி மாவு - ½ கப்,
பால் - ½ முதல் 1 கப் வரை,
ஏலக்காய் - 4 (அ) 5,
சமையல் எண்ணெய் - 2 கப்.

செய்முறை :

(கடையில் வாங்கிய மாவுகளையே உபயோகிக்கலாம்) அரிசி மாவையும், கோதுமை மாவையும் நன்கு சலித்துக் கொண்டு, கோதுமை மாவை வெறும் வாணலியில் லேசாக (சற்றே) வறுத்துக் கொண்டு, ஆறியதும், இரண்டு மாவுகள், தேங்காய்த் துருவல், சர்க்கரை, ஏலப்பொடி யாவற்றையும் ஒன்றாய்க் கலந்து கொண்டு, சிறிது சிறிதாகப் பாலை ஊற்றி, 'சீடை'களாக உருட்டும் பதத்திற்கு (ரொம்பக் கெட்டியாகவும் இல்லாமல், ரொம்பத் தளர்ந்தும் இல்லாமல்) பிசைந்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

வாணலியை அடுப்பில் ஏற்றி, அவரவர் சக்திக்கேற்ப, மற்றும் விருப்பத்திற்கு, உடல்நிலைக்கு ஏற்ப நெய் அல்லது ஏதாவதொரு சமையல் எண்ணெய்யை ஊற்றி, நன்கு காய்ந்த பின், நெருப்பைச் சிறிதாக வைத்துக் கொண்டு, பிசைந்து வைத்துள்ள மாவை 8, 10 சீடைகளாக (உருட்டி)ப் போட்டு, பொன்னிறமாக வெந்தவுடன் எடுத்து வடிதட்டில் போடவும். சற்று ஆறியதும் வேறு ஒரு பாத்திரம் (அ) டப்பாவில் எடுத்து வைக்கவும். அதே மாதிரி எல்லாச் சீடைகளையும் பொரித்தெடுக்கவும்.

(இடீரென நினைத்தாலும் ½ மணி நேரத்திற்குள் செய்து முடித்து விடக்கூடிய இச் சுவையான தின்பண்டம் வாயில் போட்டதும் ½ நிமிஷத்தில் கரைந்து உள்ளே போய் விடும்!)

- எஸ். ஆர். சித்தாலக்ஷ்மி,
கோயமுத்தூர்-11.

கேள்விக்குப் பதிலாக இருந்தவர்!

வாழும் மகான்கள் - 8



✱ புதுக்கோட்டை புவனேஸ்வரி

நான்கு பக்கமும் மலைகள். ஜிலு ஜிலுவென்ற காற்று. பச்சைப் பசேல் பசுமை. அமைதியான இடம் சேலத்தின் அருகில் இருக்கும் ஸ்கந்தாச்ரமம். உள்ளே தியான மண்டபம். அழகுடன் முருகன். அவன் எதிரே ஸ்கந்த மாதாவாக பராசக்தி. வெளியே உயர உயரமாக பஞ்சமுக விநாயகர், பஞ்சமுக ஆஞ்சநேயர்.

அனைத்தையும் பெரிதாகவே நினைத்துப் பெரியதாகவே கட்டி முடித்திருக்கும் பூஜ்யஸ்ரீ சாந்தானந்தா ஸ்வாமிகள் பக்தர்கள் புடைசூழ அமர்ந்து இருக்கிறார். அவதூதர் பரம்பரையில் வந்திருக்கும் ஸ்வாமிகளின் குருமார்கள் அற்புதங்களை நிகழ்த்தியவர்கள்.

ஜட்ஜ் ஸ்வாமிகள் எனப்படும் சதாசிவ ப்ரமேந்திர ஸ்வாமிகள் ஆந்திராவில் பிறந்தவர். வாழ்விலே படிப்படியாக உயர்ந்து வழக்கறிஞராக வாழ்க்கையை நடத்திக் கொண்டிருந்த போது திருவாங்கூர் மன்னன் இவர் சிறப்பைக் கேள்விப்பட்டு தன்னுடைய சமஸ்தானத்திலே நீதிபதியாக நியமித்தார். பல்லாண்டுகள் இங்கே பணிபுரிந்த சதாசிவத்திற்கு வழக்குகள் மனச் சஞ்சலத்தை ஏற்படுத்தின. பொய்களும், புனைசுருட்டும் திறமையாக வழக்காடும் போது சத்தியம் வாய்மூடி நிற்பதைப் பார்த்தார்.

தன் மனசாட்சி இவன் கொலைக் குற்றவாளி இல்லையென்று சொன்னால் கூட சட்டப்படி, சாட்சிப்படி ஒருவனுக்கு மரண தண்டனை விதிக்க நேர்ந்த போது அப்படியே எழுந்து சென்று விட்டார். திடீரென்று நீதிபதி தன் நாற்காலியில் இருந்து எழுந்து எதுவும் கூறாமல் போய்க் கொண்டே இருப்பதைப் பார்த்து அதிர்ந்து போனார்கள்.

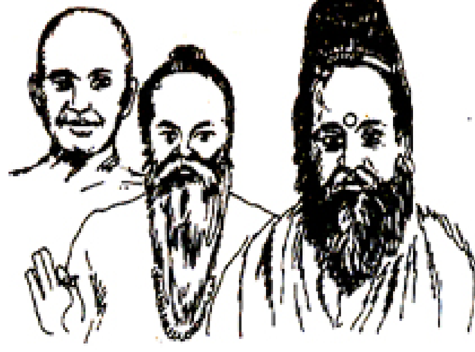
அப்படியே காடு மலை எனச் சுற்றிய ஜட்ஜ் ஸ்வாமிகள் இந்தியாவெங்கும் சுற்றினார். காளஹஸ்தியில் தன் குருநாதரைக் கண்டு அங்கு உபதேசம் பெற்றார். அவரின் ஆணைப்படி மீண்டும் தென்னாட்டிற்கே வந்து பல புண்ணிய ஸ்தலங்களைச் சுற்றினார். அவதூதர்கள் நிர்வாண நிலை எய்தியவர்கள் என்பதால் அவர்களை பொது மக்கள் புரிந்து கொள்வதில்லை. அதற்காகக் காடுகளிலேயே சஞ்சாரம் செய்து கொண்டிருந்தார். இறுதியில் புதுக்கோட்டையில் வந்து சமாதியானார்.

அவருடைய முதன்மையான சிஷ்யரே ஸ்வயம்ப்ரகாச சுவாமிகள். திருவெண்ணெய்நல்லூரின் அருகில் இருக்கும் கல்பட்டு கிராமத்தில் பிறந்தவர். தன்னுடைய குருநாதரைப் போலவே ஆரம்ப நாட்களில் சாதாரண வாழ்க்கையே வாழ்ந்தாலும் திருமணத்திற்கு மட்டும் மறுப்பு தெரிவித்து இருந்தார். 'நீ திருமணம் செய்து கொள். இல்லையென்றால் உன்னை வளர்த்த செலவாக மூவாயிரம் ரூபாய் பணம் கொடு' என்று அவருடைய சகோத

மஞ்சுளா ரமேஷ்



ரர்கள் வற்புறுத்தினார்கள். அப்படியாவது அவர் திருமணத்திற்கு உடன்படுவார் என்று. ஆனால் மூவாயிரம் ரூபாய் தருகிறேன் எனப் புறப்பட்டு விட்டார். இறுதியில் குடும்ப பந்தத்தில் இருந்து விடுபட்ட ஸ்வாமிகள் நாடெங்கிலும் சுற்றினார். மானாமதுரையில் இருந்த ஜட்ஜ் ஸ்வாமிகள் கடுமையான சோதனைகளுக்குப் பின் இவரை சிஷ்யராக ஏற்றுக் கொண்டார்.



இவரும் அவதூதர் பரம்பரையில் வந்தவர் என்பதால் நிர்வாண நிலையிலேயே இருந்தார். ஸ்வாமிகளின் மகிமைகளை அறியாத பாமரர்கள் இவருக்கு இழைத்த கொடுமைகள் மிக அதிகம். கடைசியில் அவருடைய தபோபலத்தை அறிந்து அதிகமாகக் கூட்டம் கூட ஆரம்பித்தது. அதனாலேயே சேந்தமங்கலம் குன்றுகளை நோக்கிச் சென்று விட்டார். ஸ்வாமிகள் பிறகு பத்ரிநாத்திற்கும் சென்றார். குரு தத்தாத்ரேயர் அருளால் மீண்டும் பதினேழு ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு சேந்தமங்கலம் வந்தடைந்தார்.

தத்தாத்ரேயர் கட்டளைப்படி அங்கேயே ஒரு கோயிலையும் கட்டினார். அது தத்தகிரி என அழைக்கப்படுகிறது. தத்தாத்ரேயர் சிவா, விஷ்ணு, ப்ரம்மா மூன்றும் இணைந்த பரப்ரம்மம். முற்றும் துறந்தவர்களுக்கு அவரே குரு. தத்தாத்ரேயர் வழி வந்தவர்கள் அவதூதர்களாகக் கருதப் பட்டனர். குருவின் அருளால் தென்னாட்டிலே தத்தகிரி தோன்றியது.

ஸ்வயம்ப்ரகாசர் தன்னிடம் இருந்த தலையாய சீடரான சாந்தானந்த ஸ்வாமிகளுக்கு ஒரு புனிதமான பணியை அளித்தார். தன் குருநாதர் ஜட்ஜ் ஸ்வாமிகளின் சமாதி குப்பைகள் கொட்டும் இடமாக மாறிப் போனதை உணர்ந்து அங்கே ஒரு வருடம் எதுவும் பேசாமல் யோக நிலையில் இருக்கச் சொன்னார். அதன் பின்னர் அங்கே ஒரு அதிஷ்டானம் அமைய வேண்டும் என்றார்.

அவதூதர்களின் பெருமைகளை உலகிற்கு எடுத்துக் கூற வந்தவர் சாந்தானந்த ஸ்வாமிகள். மதுரையின் அருகிலுள்ள ஒரு கிராமத்தில் வசித்து வந்தார்கள் ஸ்வாமிகளின் பெற்றோர்கள். மாயாண்டி யோகி எனும் சந்நியாசி ஸ்வாமிகளின் தந்தையிடம் ''உனக்குப் பத்தாவதாக ஒரு மகன் பிறப்பான். அவன் பெரும் யோகியாக வாழ்வான்'' என்றார். அவரின் வாக்குப்படியே பிறந்த சாந்தானந்த ஸ்வாமிகளின் ஆதிபெயர் சுப்ரமண்யம். சிறு வயதிலிருந்தே வித்தியாசமாக வாழ்ந்தார் இவர். சிறுவனாக இருந்த ஸ்வாமிகளை மீண்டும் வந்து பார்த்தார் மாயாண்டி யோகி. அவருடைய யோசனையின்படி காரைக்குடியிலுள்ள வேத பாடசாலையில் சிறுவன் சேர்க்கப்பட்டான். தமிழும், சமஸ்கிருதமும் பயின்ற சிறுவன் இளைஞனானான். அப்போது சுதந்திரப் போராட்ட காலம். காந்தியடிகளின் ஈர்ப்பினால் சுதந்திரப் போராட்டத்தில் குதித்தான். என்ன விந்தை! கைது செய்யப்பட்ட இளைஞன் மஹாயோகி அரவிந்தர் அடைக்கப்பட்டிருந்த அதே அலிப்பூர் சிறைக்கு அனுப்பப்பட்டான். லோகமான்ய திலகரும், மகாத்மா காந்திக்கும் சிறைக் கதவுகள் புண்ணிய கதவங்கள் ஆயின. சிறைக் கூடங்கள் தியான மண்டபங்கள் ஆயின. தீவிரவாதியாக உள்ளே சென்ற அரவிந்தர் மஹா ஞானவானாக வெளியே வந்தார்.



♣ ஸ்கந்தமாதா



ஸ்கந்தன்

சுப்ரமண்யமும் தன்னுள்ளே மலர்ந்த ஞானத்துடன் வெளியே வந்தான். தென் னாடுகளிலே சுற்றித் திரிந்தான். ஒருமுறை நெல்லையப்பர் கோயிலிலே நுழைந்த போது ஒரு சுவரிலே முட்டிக் கொண்டான். அப்போது அவன் அகக் கண்களில் ஒரு யோகியின் தோற்றம் எழுந்தது. அவர் யார் எனத் தெரியவில்லை.

திரும்பவும் தன் பயணத்தைத் தொடர்ந் தான். குஜராத்திலுள்ள கிர்னார் மலைகளின் மேலுள்ள தத்தாத்ரேயர் கோயிலைச் சென்று அடைவது மிகவும் கஷ்டம். ஸ்ரீ தத்த பாதுகா பீடம் அங்குதான் அமைந்துள்ளது. நாடு முழுக்க அலைந்ததால் மிகவும் மெலிந்து போயிருந்த சுப்ரமண்யம் மலையின் மேல் ஏற முயற்சித்த போது ஒரு யோகி அவனைத் தடுத்தாட் கொண்டு சிரித்தார்.

''தத்தாத்ரேயர் எங்கும் இருக்கிறார். உனக்குள்ளும் இருக்கிறார். அவரைத் தேடியா மலையேறுகிறாய்'' என்று சிரித் தவர் அவன் வாயிலே ஒரு மாத்திரையைப் போட்டு விழுங்கச் செய்தார். எங்கிருந்து தான் அவ்வளவு பலம் வந்ததோ சிரமம் இல்லாமல் பாதுகைகளை தரிசித்தான் இளைஞன். அங்கே மீண்டும் தென்னாடு திரும்பி சேந்தமங்கலம் எனும் ஊருக்குப் போகுமாறு உள்ளுணர்வு கிடைத்தது.

சேந்தமங்கலம் வந்தவர் அங்கு அமர்ந் திருந்த ஸ்வயம்ப்ரகாச ஸ்வாமிகளைப் பார்த்துத் திகைத்துப் போனார். இவரே தான் நெல்லையப்பர் கோயிலில் சூட்சும காட்சியில் தரிசித்த குருநாதர் என உணர்ந்து அவர் அடிபணிந்தார். அன்று முதல் அவரு டைய வாழ்க்கை குரு காட்டிய பாதையில் சென்று சாந்தானந்த ஸ்வாமிகள் ஆனார்.

ஸ்வயம்ப்ரகாச சுவாமிகள் தன் குரு நாதரின் தொண்டிற்கு சாந்தானந்த ஸ்வாமி களே உரியவர் என்பதை உணர்ந்து புதுக் கோட்டைக்கு அனுப்பினார். குருவின் கட்ட ளைப்படி குப்பைக்கூளமாகக் கிடந்த ஜட்ஜ் ஸ்வாமிகள் இருந்த இடத்தில் மோன நிலையில் ஒரு வருடம் அமர்ந்து இருந்தார். முதலில் ஏளனம் பேசியவர்கள் மெதுவாக அவரைத் தரிசிக்க ஆரம்பித்தனர். இடத்துச் சொந்தக்காரர் பி. பாலசுப்ரமண்ய சாஸ்திரி ஸ்வாமிகளுக்கே அந்த இடத்தை வழங்கி வார்.

அதன் பிறகே அங்கு ஜட்ஜ் ஸ்வாமி களின் சமாதியைச் சீர்படுத்தி பின்னர் அங்கே தன் குருநாதரின் கட்டளைப்படி அகில மாதா ஸ்ரீபுவனேஸ்வரியின் சிலையை பிர திஷ்டை செய்தார். அன்று முதல் புவனேஸ் வரி அதிர்ஷ்டானம் ஆனது. லோக மாதா புவனேஸ்வரியின் அழகு சொல்ல முடி யாதது. அவள் அருளை நாளும் அனைவரும் பெற்று வருகின்றனர்.

லோகக்ஷேமத்திற்கு தினமும் ஹோமங் கள் நடைபெற ஆரம்பித்தன. குப்பை கொட்டும் பிரதேசமாக இருந்த அந்த இடம் புவனேஸ்வரி நகராகி இன்று பிரபலமாக விளங்குகிறது.

பின்னர் முருகனின் கட்டளைப்படி சேலம் பக்கத்தில் ஸ்கந்தாச்ரமத்தையும் நிறு வினார். நான்கு மலைகளும், கன்னிமார் ஓடையும் உள்ள இடத்தில் ஆஸ்ரமம் அமைய வேண்டும் என்று கட்டளை வந்து விட்டது. அது எந்த இடம் எனக் கண்டு பிடிக்கவே இரண்டு வருடங்கள் ஆனது ஸ்வாமிகளுக்கு. இன்று அங்கு மாபெரும் சிலைகளுடன் ஸ்கந்தாச்ரமம் பொலிவு பெற்றுள்ளது. நமக்கு, இந்தப் பாரத புண் ணிய பூமிக்கு வழிகாட்டியாக வாழ்ந்த ஸ்ரீ ராகவேந்திரர், ரமண மகிரிஷி, இராம கிருஷ்ண பரமஹம்சர் போன்றவர்களின் சிலைகளையும் வைத்துள்ளார்.

ஸ்கந்தனும் அவனெதிரே வேல் கொடுத்து சக்தி அளித்த ஸ்கந்தா மாதாவும் நின்ற திருக்கோலத்தில். அது சந்நிதானம் அல்ல தியான மண்டபம். மனதைத் தெளி வாக்கும் பல்வேறு வாசகங்கள் அம் மண்ட பம் முழுவதும் எழுதப்பட்டுள்ளன. ஸ்கந் தனைச் சுற்றி நவக்கிரகங்கள் தங்கள் நாயகி களுடன் அபூர்வத் தோற்றத்தில் இருக்கி றார்கள்.

இப்போது ஸ்வாமிகளிடம் சென் றோம். நெடிதுயர்ந்த தோற்றம். தூக்கிக் கட்டிய சடாமுடி. அருள் சுரக்கும் கண்கள்.

அகலமான நெற்றி நிறைய விபூதி. இவரை எளிதில் யாரும் அணுகிப் பேசலாம் போன்ற தாயுமானவர் தோற்றம். சூழ்ந்திருந்த பக்தர்களின் நடுவே போனோம். வந்த காரியத்தைச் சொன்னோம் ஒரே சந்தோஷம் அவருக்கு. அமரச் சொன்னார்.

''கேளுங்க, கேளுங்க. உங்களுக்கு என்ன கேள்வி கேக்கணும்னு தோணுதோ கேளுங்க...'' என்றார் இனிமையான சிரிப்புடன். நமக்கும் தைரியம்தான்.

''சந்நியாசிகளோ, அவதூதர்களோ எல்லோரும் தவம் செய்யறாங்க. அவரவருக்கு ஏற்ற நிலையில் சித்தி நிலைகளையோ அதற்கும் மேலான நிலைகளையோ அடையறாங்க. ஆனா இன்று இந்த உலகத்திலே சொல்லொணாத துன்பங்களை அனுபவிச்சுக்கிட்டு இருக்கோம். டென்ஷன் நிறைந்த இந்த மக்களுக்கு உங்களுடைய தீர்வு என்ன. சந்நியாசிகளின் பங்கு இன்றைய மக்களின் வாழ்க்கையிலே என்ன?''

''நல்ல கேள்வி, நல்ல கேள்வி...'' என்று சிலாகித்தார் ஸ்வாமிகள்.

''நம்ம நாடு அற்புதமான நாடு. புண்ணிய பூமி. இதோ இந்த மண்டபத்திலே பார்க்கிறீங்களே இவர்களைப் போன்ற மகான்கள் வாழ்ந்த நாடு. இவர்கள் எல்லோரும் தவம் செய்து அவர்கள் வரைக்கும் மோட்சம் அடைந்தாங்கன்னா நினைக்கிறீங்க...?'' என்று புன்னகையோடு கேட்டார்.

''தான், தனக்கு எனும் சுயநலவாதியாக இருப்பவன் சந்நியாசியே அல்ல. அவன் அதையும் சேர்த்துத் துறக்கும் போதுதான் மகான் ஆகிறான். மாபெரும் யோகிகள் எல்லாம் முதலில் தங்களை உணர்ந்தார்கள். உலகையும் உணர்ந்து எல்லோருமே பரம் பொருளின் வடிவம் என்பதை உணர்ந்தார்கள். இதை இன்னும் கொஞ்சம் விளக்கமா சொல்லட்டுமா?

இந்த உலகம் முழுக்க என்ன இருக்கு? பஞ்ச பூதங்களான நிலம், நீர், காற்று, அக்னி, ஆகாயம்தானே? நம்ப உடம்பிலே அக்னி இல்லையா? வயிற்றிலே எழும் அக்கினியால்தானே உணவு ஜீரணிக்கிறது. அது கெடுதலைப் பண்ணுகிறதோ? அதே போல காற்று. மூச்சு நின்றால் மனிதன் பிணம் ஆகி விடுகிறான். நம்ம உடம்பும் பஞ்சபூதம்தான். எனவே மனித உடல் பிரிந்தால் பஞ்சபூதங்களோடு கலந்து விடுகிறது.

அப்போ பிரபஞ்சமும், மனிதனும் ஒரே அணுக் கூறால் ஆனவர்கள்தானே? உள்ளே பிரகாசிக்கும் ஆத்மாவும் அப்படித்தான். அதனால்தான் யோகிகள் தன்னை உணர்ந்தார்கள். உலகை உணர்ந்தார்கள். உலக நலனுக்காகவே வாழ்ந்தார்கள். ஒவ்வொருவர் ஒவ்வொரு நிலைக்கு உயர்ந்தார்கள். அந்த உயர்ந்த நிலையில் தாங்கள் உணர்ந்த

அனுபவங்களை மக்களுக்கு உபதேசித் தார்கள்.

மகான்களிலே இரண்டு வகை. முதலா மவர் மக்களைத் தேடி வந்து உபதேசித் தார்கள். மற்றவர்கள் மௌனமாக வாழ்ந் தார்கள். தட்சிணாமூர்த்தி உருவம் பார்த்து இருக்கிறீர்களா? அவருக்கு நான்கு சீடர்கள். வாய் திறந்து உபதேசிக்கவில்லை. மௌனத் தாலே மௌனத்தை உபதேசித்தார். அப்ப டிப்பட்ட மகான்களே இரண்டாம் வகை.

தன்னையும், மௌனத்தையும் உணர் பவனுக்கு வாழ்க்கையிலே கலக்கமில்லை, பயமில்லை. மகான்களையும், யோகிகளை யும் தரிசிக்கும் போது மனதுக்கு தைரியம் பிறக்கிறது. அவர்களின் தபோவலிமை நமக் குள்ளும் பாய்கிறது. அவர்களின் தரிசனமே புனிதமாகிறது. இன்றைய வாழ்க்கைக்கு, இன்றைய மனிதனுக்கு இதைவிட வேறென்ன வேண்டும்?

இவர்களெல்லாம் மெய்ஞ்ஞானிகள். உள்ளே நோக்குபவர்கள். ஆனால் நம்மு டைய விஞ்ஞானிகள் இருக்கிறார்களே இவர்கள் வெளியே பார்க்கிறார்கள். நிறைய நிறைய கண்டுபிடிப்புகளைச் செய்கிறார் கள். அணுகுண்டு கண்டுபிடித்தார்கள். அது உலக அழிவிற்கு அல்லவா காரணமா போச்சு? மருத்துவ உலகில் புதுமையைக் கண்டுபிடிக்க கண்டுபிடிக்க வியாதிகளும், வைத்தியங்களும் பெருகிக் கொண்டே தானே போகிறது?

மெய்ஞ்ஞானிகள் தன்னை உணரச் சொன்னார்கள். ஒழுக்கம், ஐம்புலன் அடக் கம் செய்யச் சொன்னார்கள். நல்ல நெறி யான வாழ்க்கைக்கு வழிகாட்டினார்கள். அங்கே எந்தச் சிக்கலும் இருக்காது. நம் முடைய மகான்கள் அறிவுக்கு வழிகாட்ட வில்லை. நல்ல வாழ்க்கைக்கு வழிகாட்டி னார்கள். மேலைநாடுகளிலும் பல ஆன் மிகப் பெருந்தகைகள் தோன்றினார்கள். ஆனால் நம் நாடு புண்ணியம் செய்த பூமி. அதனால்தான் ஏராளமான மகான்கள் வாழ்ந்த இந்தப் பூமியில் இப்போதும் நமக்கு வழிகாட்ட பலரும் வாழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

இப்பேர்ப்பட்டவர்களின் சரித்திரத்தை நீங்கள் எழுதுவது என்பது பெரிய காரியம். மிகப் புனிதமான பணியும் கூட. நீங்கள் கேட்ட கேள்விக்கு நீங்களே பதிலாக அல் லவா இருக்கிறீர்கள். இப்படிப்பட்ட மகான் களின் சரித்திரத்தைப் படிக்கும் போது உங்கள் வாசகர்களின் மனத்தில் நிம்மதியும், தைர்யமும் பிறக்கிறதா இல்லையா?''

என்றார். நாம் கேட்ட கேள்விக்கு நம் மையே பாராட்டி ஆரம்பித்து மீண்டும் பாராட்டிலேயே முடித்த ஸ்வாமிகளின் அருளை நினைத்த போது மனம் பொங் கியது. ஏராளமான பக்தர்கள் அவருடைய

முகதரிசனத்திற்காக ஆர்வத்தோடு வெளியே காத்துக் கொண்டிருந்தார்கள். அந்த 'அன்பெனும் பிடியுள் அகப்படும் மலையை' வணங்கி வெளியே வந்தோம்.

கணபதிராமன் எனும் வேதபாடசாலை மாணவனை அழைத்துக் கோயிலைச் சுற்றிக் காட்டிச் சொன்னார் ஸ்வாமிகள். உற்சாகத்துடன் ஸ்வாமிகளின் பெருமையையே பேசிக் கொண்டிருந்தார் கணபதி.

''இன்றைக்கு நாங்கள்ளாம் இவ்வளவு பேசுகிறோம்னு அதுக்குக் காரணம் ஸ்வாமிகள். வேதங்களும், தியானமும்தான் மனிதனை நல்வழிப்படுத்தும்கறது அவரோட சித்தாந்தம். அதனாலதான் ஸ்கந்தகிரிய கோயிலா அமைக்காம தியான மண்டபமா அமைச்சிருக்கார் ஸ்வாமிகள். இங்கே யாரும் வரலாம். தியானம் செய்யலாம். நல்ல மனம், ஒழுக்கம், முயற்சி இவைகள் இருந்தா மனிதன் எப்படிப்பட்ட நிலைக்கும் உயரலாம்கறதைக் காட்டத்தான் மகான்களின் சிலைகளையெல்லாம் வச்சிருக்கார்''

என்றார் கணபதி.

''உலகிலே பெண்ணிடம் தோன்றாமல் சிவனின் நெற்றிக்கண்ணில் தோன்றியவன் முருகன். அவன் தந்தைக்கே மந்திரம் சொன்ன ஞானவான். அவனுக்கும் சக்தி தந்தவள் லோகமாதா பராசக்தி. ஸ்கந்த மாதா. உலகில் புரைதீர்ந்த ஞானம், சக்தி இவை இருந்தால் மேன்மையடையலாம் என்பதற்காகவே இந்த ஸ்கந்தாஸ்ரமம் தோன்றியது. லோகக்ஷேமத்திற்காக தினமும் இங்கே ஹோமம் நடத்தப்படுகிறது. தேவிபாராயணம் செய்யப்படுகிறது. இந்த ஸ்கந்தாச்ரமத்தை இன்றைய தேவையான ஞானத் தெளிவுக்காகவே, உலகத்திற்கு வழி காட்டுவதற்காகவே ஸ்வாமிகள் அமைத்துள்ளார்'' என்றார்.

நமக்குள் பொறி தட்டியது. ஏதோ பெரிய கேள்வி கேட்டு விட்டது மகிழ்ந்தோம். ஆனால் சந்நியாசிகளே, மகான்களே உலகிற்கு இன்று வழிகாட்டுபவர்கள், முறையாக வழிகாட்டுபவர்கள் என்பதை நடைமுறைப்படுத்தி இருக்கிறார், செயல் வடிவமாக்கி இருக்கிறார் ஸ்வாமிகள் என்று நினைத்த போது பிரமிக்கத் தோன்றியது.

தேவை குழப்பமில்லாத சக்தியுடைய ஞானம். ஸ்கந்தனைப் பணிவோம். மகான்களை வாழும் திசைகாட்ட வேண்டுவோம்.

As I do
Vitan Cares
for my family's health
Yours too!

Quality Provisions of the purest order hygenically packed signifies Groceries and other food articles lend not only taste by health aspect to cooking. For instance specially ground Punjab Wheat, Country Wheat, All types of Grams, Maize, Jowar Bajra & Rice, flours of all variety are specially graded checked, sifted and packed to give you complete satisfaction.





A/c Super Market

Mylapore : 172 A Luz Church Road Phone : 4991238/4990565/4991484
Anna Nagar AB 1, 2nd Avenue, Near Grand Theatre Phone : 6211107
Mount Road : 703 Anna Salai, Near Anand Theatre

9 A.M. to 8 P.M. Monday Holiday

FREE HOME DELIVERY

Light up your wardrobe this Diwali!



Exhibition and sale of exclusively designed and embroidered salwar kameez, sarees and nighties.

Date: 3rd to 12th November 1993.
Time: 10 a.m. to 8 p.m.
Venue: 114, Lattice Bridge Road, Adyar, Madras-600 020.

5th Anniversary

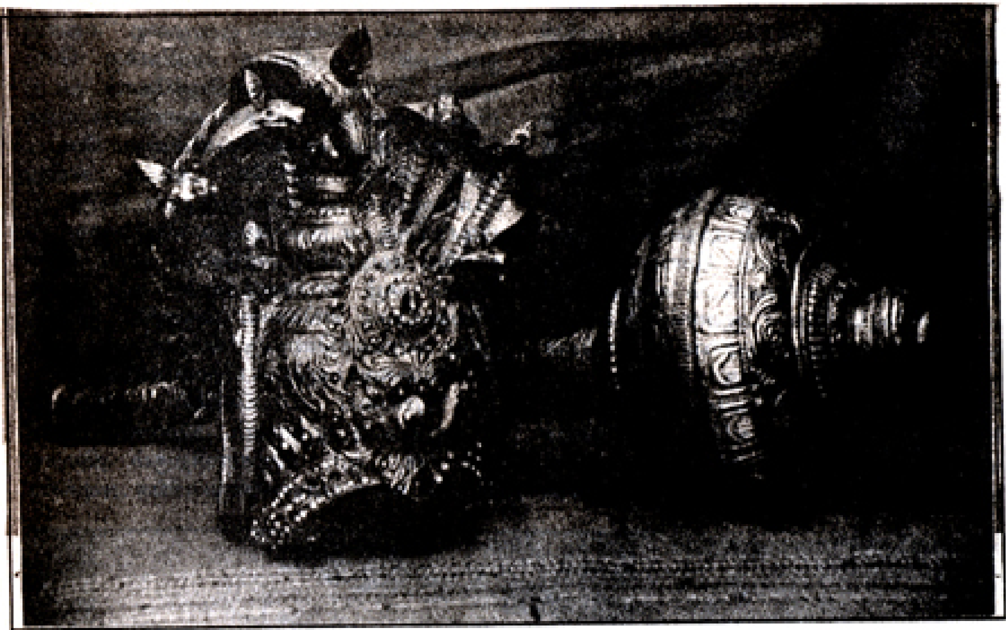
SRISHTI'S

Designer Wear



Tailoring attached. Embroidery undertaken.

Phone: 413837



திரையுலக பிரம்மாக்கள்

புராணப் படங்கள் பார்ப்பதில், வயது வித்தியாசமின்றி எல்லோருக்குமே விருப்பம் அதிகம். இன்னும் சொல்லப் போனால் பிரம்மாண்டமான புராண காட்சிகளுக்காக, விலையுயர்ந்த ஆடை, உடை அலங்காரங்களுக்காகவே வெள்ளி விழா கண்ட படங்களும் உண்டு. சாதாரணமாக இந்த மாதிரி புராணப் படங்களெல்லாம் ஆர்ட் டைரக்டரை செமை வேலை வாங்கும். இவர்கள் புராதன, புராண கதாபாத்திரங்களின் குண நலனை எடுத்துரைக்கும் வகையில் அவர்களின் ஆடை, ஆபரணங்கள் இன்னின்ன மாதிரி இருக்க வேண்டும் என்று பேப்பரில் வரைந்து ஆபரணங்கள், உடை செய்வோரிடம் தந்து விடுவார்கள். இந்த மாதிரி புராணப் படங்களுக்கு நகை, கிரீடம், கவசம் போன்றவற்றைச் செய்யும் தொழிலில் கிட்டத்தட்ட பத்து நிறுவனங்கள் ஈடுபட்டுள்ளன. அவற்றுள் கடந்த 90 ஆண்டுகளாய் இப் பணியில் கோலோச்சி வருகிறார்கள் திரு. நாதமுனி சகோதரர்கள்.

தென்னகத்தின் ஹாலிவுட்டான கோடம்பாக்கத்தில் இவர்களுடைய கடை உள்ளது. நுழைந்தவுடனேயே வி.ஐ.பி. நுழைவுக் கட்டணம் வாங்காமல் நமக்கு தரிசனமளித்தார் ஏழுமலையான். பக்கத்திலேயே நவக்கிரக நாயகிகளுள் ஒரு நாயகி மற்றவர்களுடன் கோபித்துக் கொண்டோ என்னவோ வேண்டாம் என்று விட்டுப் போன பாம்பு படமெடுத்து ஆடும் கிரீடம். 'அப்பாடா' என்று படைக்கும் தொழிலிலிருந்து விடுமுறையில் வந்திருந்த பிரம்மா. ஏழு ஆளை அடிக்கும் பிரம்மாண்ட சைஸ் கதை.

''என்ன பாக்கிறீங்க பல புராணப் படங்களில் ரங்காராவ், சிவாஜி, என்.டி.ஆர். போன்ற பெரிய நடிகர்களின் கையில் சுழன்றிருக்கிறது இந்தக் கதை. இது உள்ளே வெறும் போல்தான். நிஜமான கனமுள்ள கதை உள்ளே வைத்திருக்கிறோம்'' என்றார் நாதமுனி கடைக்குச் சொந்தக்காரர்களில் ஒருவரான திரு. ரகோத்தம ராவ்.

''எப்போதிலிருந்து இந்த மாதிரி புராணப் படங்களுக்கு நகை, உடை ஆபரணங்களை செய்து தர ஆரம்பிச்சீங்க?''

''எங்க அப்பா ரங்கபாபு. அவர்களின் அப்பா நாதமுனி அவர்கள் 1900-ம் வருடத்திலே, ஒத்தவாடை தியேட்டர்னு அப்போ சொல்லுவாங்க. சௌகார்பேட்டையிலே இருக்குது. அங்கே முதன் முதல்லே இந்தத் தொழிலை ஆரம்பிச்சார். ரொம்ப சின்ன வயசிலேயே ஒரு டெய்லரிடம் 'காஜா'தைக்கும் பணியில் சேர்ந்தார். ஆனால் கற்பனைத் திறன் அதிகமுள்ளவர். புராண நாடகங்கள் போட்ட நடிகர்கள் திரு. நவாப் ராஜமாணிக்கம் போன்றவர்களுக்கெல்லாம் கிரீடம், ஜோடனை, நகை போன்றவற்றைச் செய்து கொடுக்க ஆரம்பித்தார். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அதில் தேர்ச்சியடைந்து பின் புராணப் படங்களுக்கும் செய்து தர ஆரம்பித்தார். எங்க கடை இருந்த தெருவிலே தான் திரு எம்.ஜி.ஆர்., அவர் அண்ணன் சக்ரபாணி இருவரும் குடியிருந்தார்கள்.

''சுமார் எத்தனை படங்களுக்கு இப்படி 'ஆர்ட் வொர்க்' பண்ணியிருப்பீங்க பிறமொழிப் படங்களையும் சேர்த்து?''

''கணக்கு வச்சுக்கிறதில்லீங்க. இந்தத் தொழிலைப் பொறுத்தவரை நாங்கதான் இருக்கோம். அதனாலே எல்லா தமிழ்ப் புராணப் படங்களுக்கும் செய்து தந்திருக்கிறோம். தெலுங்கு, மலையாள புராணப் படங்கள் என்று எடுத்துக் கொண்டால் அவர்கள் இங்கேயே படப்பிடிப்பு வைத்துக் கொண்டால்தான் நாங்கள் வேலையினை புதிதாகவோ அல்லது செய்து வைத்ததை வாடகைக்கோ தருவோம். ஏன் இவ்வாறு என்று கேட்டீங்கன்னா ஒருமுறை ''சுவாமி ஐயப்பன்'' படத்திற்கு சரவிளக்கு செட்டினை செய்து அனுப்பியிருந்தோம். படப்பிடிப்பு முடிந்து பல நாட்களாகியும் எங்க பொருள் திரும்பி வரவேயில்லை. கேட்டதற்கு இதோ இங்கே, அங்கே என்று போக்குக் காட்டியதால் தமிழ்நாட்டுப் படப்பிடிப்பிற்கு மட்டும் வேலை செய்து தருவது என்கிற முடிவுக்கு வந்தோம். ஏன், ராமாயணப் புகழ் 'ராமானந்தசாகர்' கூட டி.வி. சீரியலுக்காக எங்களை அணுகிய போது இதே காரணத்தினால்தான் நாங்கள் அவர் கோரிக்கையை ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை.''

''புராணப் படங்களில் அதிகமாக நடித்த என்.டி.ஆருக்கும், அம்மனாக நடிக்கும் கே. ஆர். விஜயாவிற்கும் நிறைய கிரீடம், நகை பண்ணியிருப்பீங்க அடிக்கடி இல்லையா?



''கே.ஆர். விஜயா அம்மாவிற்கு நிறைய பண்ணித் தந்திருக்கோம். நீங்க பார்க்கிற இந்தக் கிரீடம் கூட தேவி கருமாரி அம்மன் படத்திற்காக செஞ்சதுதான். ஆனால் என்.டி. ராமராவ், உபயோகித்த கிரீடம், ஆபரணங்களை எல்லாம் யாருக்குமே அவர் கொடுக்கிறதில்லீங்க. தனக்கென்றே பிரத்யேகமாக கிருஷ்ணர், ராமர் போன்ற பாத்திரங்களுக்கு உபயோகித்த பொருட்களை 'மியூசியம்' மாதிரி வைத்திருக்கிறார்.''

(அங்கு வரிசையாக வைக்கப்பட்டிருந்த சிப்பாய்களின் தலைப்பாகைகள், உடைகள் போன்றவற்றைக் காண்பித்து)

''ஒவ்வொரு படத்திற்கும் பிரத்யேகமாக இதெல்லாம் செய்யறதில்லே. 'ரெடி



நான் பிரெஸ்டீஜ் அல்டிமேட் வாங்கியதற்குக் காரணம் என்ன தெரியுமா ?

என் மனைவியின் பாதுகாப்பு என்னை பொறுத்தவரை மிகவும் முக்கியமானது.

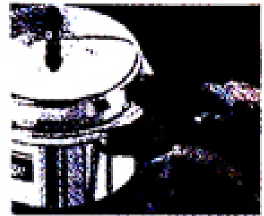
"மனைவியை நான் ரொம்பவும் போற்றிப் பாதுகாப்பதாக சிலர் என்னைக் குறை கூறுகின்றனர். ஆம், இது உண்மைதான். அதனாலேயே நான் பிரெஸ்டீஜ் அல்டிமேட் வாங்கினேன்.

பிரெஸ்டீஜ் அல்டிமேட்டின் பிரத்தியேக பாதுகாப்பு அம்சங்கள் சிறப்பான முறையில் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. எப்போதும் காணும் ஸேஃப்டி வால்வுகள் தவிர, இதில் பிரெஸ்டீஜின் நூதன கண்டுபிடிப்பான காஸ்கெட் ரிலீஸ் ஸிஸ்டம் [ஜி ஆர் எஸ்] உள்ளது. வெயிட் வால்வில் அடைசல் இருந்தால் ஜி ஆர் எஸ் உடனே செயல்பட்டு அதிக பிரஷரை கீழ்நோக்கி பாதுகாப்பாக வெளியேற்றும்.



ஜிஆர்எஸ்

பிரெஸ்டீஜில் மட்டும் உள்ள மற்றொரு பிரத்தியேக அம்சம் - டபிள் லாக்கிங் ஸிஸ்டம். இதனால் பிரஷர் பாதுகாப்பான நிலைக்குக் குறையும் வரை குக்கரைத் திறக்க முடியாது. பாதுகாப்புக்கான புது யுத்திகள் பிரெஸ்டீஜில் வந்து கொண்டே இருக்கின்றன. என் மனைவியின் பாதுகாப்பைப் பற்றி என்னைப் போலவே பிரெஸ்டீஜுக்கும் ஆழ்ந்த அக்கறை இருப்பதை இது நிரூபிக்கவில்லையா?"



டபிள் லாக்கிங் ஸிஸ்டம்

ttk தயாரிப்பு

பிரெஸ்டீஜ்
அல்டிமேட்

YAA COMMUNICATIONS 2073-92 TAM

மேடாக' நிறைய செஞ்சு வைப்போம். ஆண்களுக்கு 23லிருந்து 24 இன்ச் சுற்றளவு உள்ள தலைப்பாகைகள், பெண்களுக்கு (தோழி அல்லது முக்கிய பெண் பாத்திரங்களுக்கு) 22லிருந்து 23 இன்ச் சுற்றளவு உள்ள தலை அணிகள் என்று விதவிதமாக பண்ணி வைத்திருப்போம். புதுப் படத்திற்கு 'ஆர்டர்' கொடுத்தாங்கன்னா அதற்கென்று செய்ததைப் போல அங்கேயே சில மாற்றங்கள் செய்து கொடுப்போம்.''

உங்கள் திறமைக்கு சவாலாக அல்லது கடினமாக வேலை வாங்கிய புராணப் படம் ஏதாவதுண்டா?

''ஆர்ட் டைரக்டர்' என்ன வரைஞ்சு கொடுக்கிறாரோ அதே மாதிரி செய்யறது தான் எங்க வேலை. அதனாலே எந்தப் படம் என்கிறதை விட எந்த 'ஆர்ட் டைரக்டர்' கிட்டே வேலை செய்யறது கடினம் என்று கேளுங்க. நம்ம வாலி, சலம், லக்ஷ்மணன் போன்றவர்களெல்லாம் மிகவும் விஷயம் தெரிஞ்சவங்க. இவர்களிடம் வேலை செய்து 'சபாஷ்' வாங்குவது சற்று சிரமம் தான்.''

இந்தக் கனமான தலை கிரீடம் எல்லாம் எந்த உலோகத்தில் செய்யறீங்க? இதில் உள்ள கல்லெல்லாம் விலையுயர்ந்ததா? இத்தனை வருஷமா எப்படி இவைகளை பாதுகாக்கிறீங்க?''

''தலை அணிகலனெல்லாம் காப்பரில் செய்து 24 காரட் தங்கமுலாம் பூசி விடுவோமுங்க. 'இறக்குமதி' செய்த கற்களைத்தான் பதிப்பது வழக்கம். பளபளவென்று மின்னும் வகையில் உயர்ந்தரகமாக முக்கிய கதா பாத்திரங்களுக்குச் செய்வோம். 'டூப்'பிற்கு சற்று மட்டமான கற்களைப் பதிப்போம். கறுத்துப் போனால் தேவைப்படும் போது 'பாலீஷ்' செய்து தருவோம்.''

இப்பொழுதெல்லாம் புராணப் படங்களோ அல்லது ராஜா, ராணி கதைகளோ எடுப்பதில்லையே. பின் எப்படி தொடர்ந்து தொழிலை நடத்துகிறீர்கள்?

''பட வேலை கம்மிதான். ஆனால் புராண, ராஜா, ராணி டிராமாக்களை பள்ளிகள், கல்லூரிகள் மற்றும் தனியார் நிறுவனங்களில் விசேஷ நாட்களில் போடுகிறார்களே. எனவே வருடம் முழுதும் நகைகளும், உடைகளும் வாடகைக்கு வெளியில் சென்று கொண்டேயிருக்கும். அது மட்டுமல்ல கல்யாணத்திற்கு வேண்டிய தலைப்பாகை, ஜமீன் உடைகளைக் கூட வாடகைக்குத் தருகிறோம். வெளிநாடுகளில் தங்கியிருக்கும் தமிழர்கள் புராண நாடகங்களில் போடுவதற்காக ஆபரணங்கள், உடைகளுக்கு ஆர்டர் கொடுத்து வாங்கிச் செல்வார்கள். இதனாலே நாங்கள் எப்போதும் பிஸிதான்.''

உங்கள் தொழிலுக்கு நல்ல அங்கீகாரம் மக்கள் மத்தியில் அல்லது பெரிய கலைஞர்களிடமிருந்து பாராட்டுக்கள் கிடைத்திருக்கிறதா?

''அதெல்லாம் நாங்க எதிர்பார்க்கிறதில்லீங்க. ஆனால் மத்தளத்திற்கு இரண்டு பக்கமும் இடி என்பதைப் போல எவ்வளவுதான் திறம்பட பணியாற்றினாலும் எங்கள் பெயர் திரையில் காண்பிக்கப்படுவதில்லை. அதே போல் ஒரு புராணப் படத்திற்கு கான்ட்ராக்ட் போட்டுப் பணம் எங்களுக்குக் கிடைத்தவுடன் எங்கள் கீழ் பணிபுரியும் வேலையாட்கள் முன்னதாகவே பணம் கொடுத்தால்தான் வேலை செய்ய முடியும் என்பார்கள். இம் மாதிரி சில இன்னல்களும் இவ் வேலையில் இருக்கின்றன.''

தமிழ்நாடு காவல்துறை எம்ப்ளம் பொறித்த கேடயத்தைக் காட்டி அது எதற்கு கொடுக்கப்பட்டது? என்று வினவிய போது,

''சமீபத்தில் தொலைக்காட்சியில் பார்த்திருப்பீர்கள். 'சாலை விதிகளை மீறக் கூடாது' நாடகத்தில் வரும் எமலோக பாத்திரங்களுக்கு இலவசமாக உடைகள் மற்றும் ஆபரணங்களைத் தந்து உதவினோம். அதற்குக் காவல்துறை பரிசளித்த கேடயம் இது. அது மட்டுமல்ல அனைமுற்றோர் பள்ளிகளுக்கு இனாமாகவும் அரசு பள்ளிகளுக்கு வாடகை பணத்தில் சலுகையும் அளிக்கிறோம்.''

பேட்டி : கீதா

படங்கள் : கோபிநாத்



ஒரு வாசகி மீந்து போன ரசத்தைக் கொண்டு சேமியா உப்புமா தயாரித்ததைப் பற்றிக் குறிப்பிட்டிருந்தார். ஆனால் எங்கள் அம்மா சாதாரணமாகவே, சேமியா உப்புமா தயாரிக்கும் போது புளி ஜலத்தில்தான் சேமியாவை வேக விடுவார்கள். உப்புமா செய்வது போலவே செய்து, கடைசியில் கொஞ்சம் மிளகாய்ப் பொடி, மஞ்சள் பொடி, துளி வெல்லம் எல்லாம் சேர்த்துக் கிளறி விடுவார்கள். இந்தப் புளிப்பான சேமியா உப்புமாவை சேமியா புளி கேஸரி என்று சொல்வோம். நாங்கள் அதைத் தமாஷாக "சேமியா புளிகேஸரி" என்றும் சொல்வதுண்டு.

- கே. பாக்யலக்ஷ்மி

நாமும் நாளைய முதியவர்களே!

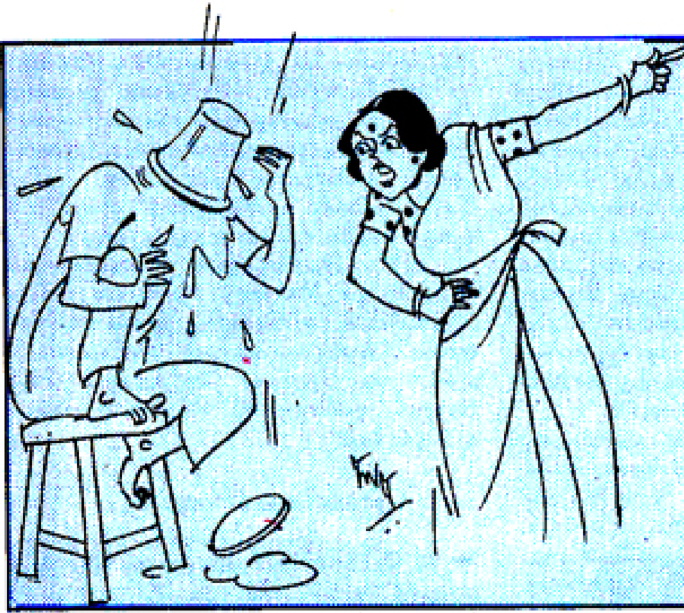
ஒருமுறை காஞ்சிப் பெரியவர் ஜெயேந்திர சரஸ்வதி சுவாமிகளை தரிசனம் செய்யச் சென்ற பொழுது கூறினார் : ''இன்றைக்கு மிகவும் பிரபலமான சமூக சேவை எது தெரியுமா? விருத்தாச்ரமம்தான். ஒன்று, பெரியவர்கள் சண்டை போட்டுக் கொண்டு மனத் தாங்கலுடன் வெளியே வருகிறார்கள். அல்லது இளையவர்கள் அவர்களைத் துரத்தி விடுகிறார்கள். வயதான காலத்தில் தங்க இடம் வேண்டாமா? ஆக விருத்தாச்ரமங்கள் பெருகி வருகின்றன. இது வருத்தப்படக் கூடிய விஷயம்தான்''. மிகுந்த அனுபவ பூர்வமான வார்த்தைகள். ஏன்? எப்படி?



என்று ஆராய்ந்து கட்டுரைகள் எழுதுவதைக் காட்டிலும் அனுபவபூர்வமான சின்னச் சின்ன விஷயங்களைக் கடைப்பிடித்தால் இளமை, முதுமை இருபாலருக்கும் நிம்மதி.

பெரியவர்களுக்கு :

1. உங்கள் இல்லத்தில் இளையவர்கள் பொறுப்பு ஏற்றுக் கொண்டால் திருப்தியுடன் விலகுங்கள். நீங்கள் உங்கள் இளமைக் காலத்தில் தன் குழந்தை, தன் குடும்பம் என்று எவ்வளவு எதிர்பார்ப்புகளுடன் வளர்த்தீர்களோ அதைவிட பன்மடங்கு எதிர்பார்ப்புகளுடன் இன்று தங்கள் பிள்ளை, பெண்களை வளர்க்கிறார்கள். அன்று அதிகபட்சமாக சென்னை, பம்பாய், டெல்லி என்று வேலைக்குச் செல்லத் தயார் செய்து வளர்த்தீர்கள். ஆனால் இன்று அமெரிக்கா, ஆஸ்திரேலியா, பஹரின், மஸ்கட் செல்ல வேண்டும் என்ற எதிர்பார்ப்பு

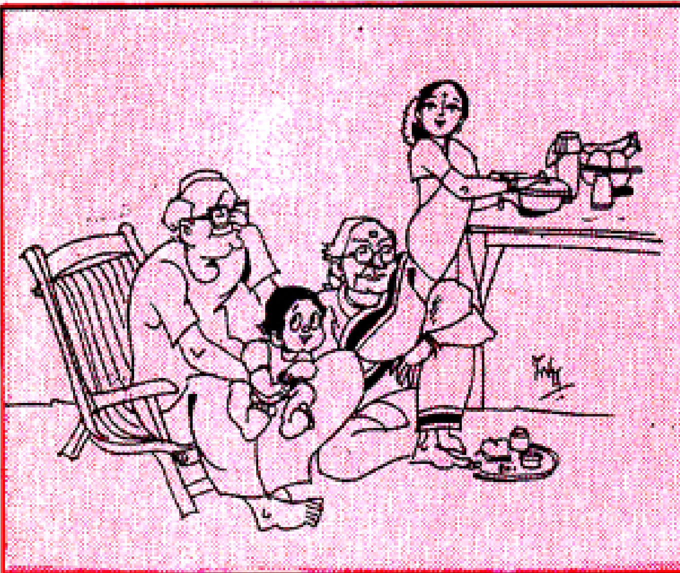


களுடன் வளர்க்கிறார்கள். நீங்கள் பாட்டுக்கு நான் கும்மாணம்பட்டியில் படிக்கும் பொழுது 2 மைல் நடந்து போவேன் என்று ஆரம்பிக்காமல் இன்றைய சமுதாய மாறுதலை புரிந்து கொண்டு, பெருந்தன்மையுடன் விலகி இருங்கள்.

2. இப்பொழுது அன்றாட வாழ்க்கை முறை மிகவும் மாறி இருக்கிறது. உடை, உணவு, பழக்க வழக்கங்கள் எல்லாமே மாறியிருக்கிறது. திருடனுக்குப் பயந்து திருமாங்கல்யத்தை கழட்டி வைப்பதிலிருந்து. சௌகரியத்தின் பொருட்டு 'ஹவுஸ் கோட்' போட்டு நடமாடுவதிலிருந்து, Additional Income, படித்த படிப்பு வீணாகுதல் என்று பலர் இன்றைக்கு வேலைக்குப் போதல், தனிப்பட்ட முறையில் புடைவை வியாபாரம், ஜூஸ், ஊறுகாய் வியாபாரம் என்று சிறிய சிறிய தொழில் செய்தல், சின்னச் சின்ன விஷயங்களுக்கு எல்லாம் முரண்பட்டு இருத்தல் போன்ற விஷயங்களில் பெண்கள் மாறுபட்டுத்தான் போய் இருக்கிறார்கள். அதை நன்றாகப் புரிந்து கொண்டு 'அந்தக் காலத்தில்' என்று பேசிக் கொண்டு எல்லாவற்றிலும் தலையிட்டு, சச்சரவை உண்டாக்காமல் இருப்பது நல்லது.

3. பெற்ற பிள்ளைகள் எங்களுக்குச் செலவு செய்வது அவர்களது கடமையாகும் என்று அசட்டுத்தனமாகப் பேசிக் கொண்டு இராமல், உங்கள் பங்கிற்கும் ஏதாவது தொகை கொடுத்து விடுங்கள். உங்கள் சொந்த செலவிற்கும் கையில் ஏதாவது தொகை வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஏதாவது நோய் ஏற்பட்டு பெரிய செலவு செய்ய வேண்டுமென்றால், உங்கள் பங்கும் அதில் இருக்க வேண்டும். அப்பொழுது தான் பிள்ளைகள் சில சமயத்தில் முழு பொறுப்பும் ஏற்றுக் கொள்ள வருவார்கள்.

4. வீட்டில் சின்னச் சின்ன உதவிகள். உங்கள் தேக ஆரோக்கியம் சரியாக இருந்தால், யாராவது வந்தால் கதவைத் திறப்பது, பால் வாங்குவது, பேரப் பிள்ளைகளை பஸ்ஸில் ஏற்றுவது, மின்சார பில் கட்டுவது, வேலைக்குச் செல்லும் மருமகளும் இருந்தால் பேரப் பிள்ளைகள், வந்தால் அவர்களை அன்புடன் அழைத்து ஏதாவது உண்பதற்குத் தருவது, பள்ளியில் என்ன நடந்தது என்று விசாரித்தல் போன்ற சின்னச் சின்ன பணியில் ஈடுபடுத்திக் கொள்ளுங்கள்.



5. அந்தக் காலத்தில், ''நான் இப்படி செட்டும் சிக்கனமாக இருந்தேன். இப்படி அதிகமாக செலவழிக்கவில்லை'' என்று ஏதாவது நடைமுறைக்கு உதவாத விஷயங்கள் சொல்லிக் கொண்டு இருக்கிறீர்கள். உங்கள் வயது காரணமாக ஏற்படும் கண் கோளாறுகள், மறதித்தன்மை, கை நடுக்கம் போன்றவைகளில், பால் பொங்க வைத்து விடுவீர்கள். காஸ் அடுப்பு மூட மறந்து விடுவீர்கள். உணவுப் பண்டங்களை மூட மறந்து விடுவீர்கள்.

எட்டி ஏதாவது டப்பி எடுக்கிறேன் பேர்வழி என்று ரவையோ அல்லது ஏதாவது மாவையோ கொட்டி விடுவீர்கள். பிறகு மருமகளிடம் வாங்கிக் கட்டி கொள்வீர்கள்.

6. மாலையில் எங்காவது வெளியே சென்றால் நேரத்தில் வீடு வந்து சேர்ந்து விடுங்கள். பிள்ளைகளுக்குக் கவலைப்படுவதா? அல்லது உங்களுக்காகக் கவலைப்படுவதா என்ற போராட்டத்தை உண்டாக்காதீர்கள். ஏன் எனில் இப்பொழுது போக்குவரத்து நெரிசல் அதிகம். ஓரமாக நடப்பதற்கு ஒழுங்கான நடைபாதை இல்லை. நீங்கள் எங்காவது விழுந்து வைத்து கைகால் ஒடிந்து போனால் மிகவும் கஷ்டம்.

7. இப்பொழுது நிறைய ஆன்மீக சம்பந்தமான புத்தகங்கள் வருகின்றன. அதில் நிறைய விஷயதானங்கள் இருக்கின்றன. அவற்றையெல்லாம் நிறையப் படியுங்கள். அவ்வப்பொழுது அதைப் பற்றியெல்லாம் அளவோடு பேசிக் கொண்டே இருங்கள். வீட்டில் உள்ளவர்கள் மனத்தில் பதியும். மனத்தை திருத்திக் கொள்வதற்கு மறைமுகமாக வாய்ப்புகள் ஏற்படும். இது அநாவசியமான பேச்சுக்களை குறைக்கும்.

8. பொழுது போகவில்லை என்றால் ஏதாவது சமூக சேவையில் ஈடுபடுத்திக் கொள்ளுங்கள். கண் பார்வையில்லாதவர்களுக்குப் படித்தல், அருகில் ஏதாவது டியூஷன் சென்டர் இருந்தால் அங்கு சென்று நீங்கள் படிப்பு சொல்லிக் கொடுத்தல், எத்தனையோ சமூகநல ஸ்தாபனங்கள் 'சேவகி'கள் வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்கிறார்கள். அங்கு உங்களால் ஏதாவது உதவ முடியுமா? என்று பாருங்கள். ஆஸ்பத்திரியிலோ அல்லது அக்கம் பக்கத்தில் நோயுற்றவர்களாக இருந்தால் அவர்களுக்கு ஏதாவது உதவி செய்தல் போன்ற நல்ல காரியங்களில் ஈடுபடுத்திக் கொள்ளுங்கள். ஆனால் அதற்காக உங்கள் தேக நிலைமையையும் மீறி ஏதாவது செய்து, வீட்டில் உள்ளவர்களுக்கு மேலும் தொந்திரவு ஏற்படுத்தாதீர்கள்.

9. வீட்டில் இருப்பவர்கள் எப்பொழுதுமே வயதானவர்கள் என்று முக்கியத்துவம் கொடுக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்த்துக் கொண்டு இருந்து அதனால் ஏற்படும் ஏமாற்றத்தை வெளிகாட்டி, மற்றவர்கள் மனத்தில் வெறுப்பை ஏற்படும்படி செய்யாதீர்கள். உங்கள் வயதிற்கு மரியாதை தந்து, உங்களுக்கு எந்தவித சிரமமும் தர வேண்டாம் என்று நினைப்பதாக ஒரு பாஸிடிவ் நினைப்பில் அதை ஒதுக்கி விடுங்கள்.

10. கொடுமை, கொடுமை முதுமை கொடுமை. அதனிலும் கொடுமை முதுமையில் தனிமை. அது உண்மைதான். ஆனால் அந்தத் தனிமையை அனுபவிக்க பழகிக் கொள்ளுங்கள். பெரியவர்கள் என்ற மரியாதை தானே உங்களை வந்து சேரும்.

சரி! பெரியவர்கள் எங்களையே அனுசரித்துக் கொண்டு போங்கள் என்று கூறுகிறீர்கள். அப்பொழுது இளையவர்கள் என்ன வேண்டுமானாலும் செய்யலாமா? என்று பல குரல்கள் கேட்கத்தான் செய்கின்றன. அவர்களுக்கும் சில சின்னச் சின்ன வார்த்தைகள்.

இளையவர்களுக்கு...

1. பெரியவர்கள் அமைத்துக் கொடுத்த பாதையில்தான் நாம் நடக்கிறோம் என்பதை எப்பொழுதும் நினைத்துக் கொள்ளுங்கள். அந்தப் பாதை ஒன்று இல்லாமல்தான் இன்று எத்தனையோ லட்சக் கணக்கான அநாதைகள் இருக்கின்றனர்.

2. வீட்டில் இருக்கும் பெரியவர்கள் ஏதாவது சொன்னால் போ தாத்தா! உனக்கு ஒன்றும் தெரியாது என்று அலட்சியமாகப் பேசி அவர்களை அவமதிக்காதீர்கள். "சரி! அப்படியா? ரொம்ப தேங்க்ஸ்" என்று ஒரு பதில் கொடுங்கள். மன மகிழ்ச்சியுடன் ஒதுங்கிக் கொள்வார்கள்.

3. பள்ளிக்குப் போகும்பொழுதோ, கல்லூரிக்குப் போகும்பொழுதோ அல்லது அலுவலகத்திற்குப் போகும்பொழுதோ, "போய் விட்டு வருகிறேன் தாத்தா! பாட்டி" என்று ஒரு குரல் கொடுத்து விட்டுப் போங்கள். 'ஜாக்கிரதையாய் போப்பா! ரோட்டில் டிராஃபிக் அதிகம்' என்று அன்புடன் அவர்களைத் தவிர வேறு யார் சொல்வார்கள்? குழந்தைகளுக்குக் குறைந்த பட்சம், 'பை கிராண்ட்பா' என்று சொல்வதற்காகவாவது பழக்கி விடுங்கள்.

4. வெளியே போய் விட்டு எந்த நேரத்திலும் வீட்டிற்கு வந்தாலும் நீங்கள் ஏதாவது சொல்வீர்கள் என்ற குறுகுறுப்புடன் அந்தப் பெரியவர்கள் தாங்கள் வயது காரணத்தால் வீட்டிலேயே இருப்பதால் எதிர்பார்ப்பார்கள் - அவர்களுக்காக ஒரு ஐந்து நிமிடங்கள் ஒதுக்கி விடுங்களேன்.

நதியைக் கடக்கும் வரையில் முதலைகளை முறைத்துக் கொள்ளக் கூடாது.

- மஞ்சதேவன்

வாங்கி பார்த்தவர்கள் புகழ்ந்திடும் குக்கர்

ஆயுளுக்கும் அயராதபணி

ஜ்வெல்



பிரஷர் குக்கர்



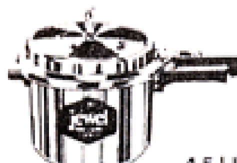
MINI
3.0 LIT



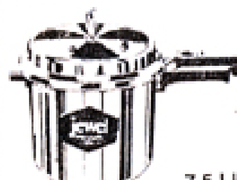
6.5 LIT



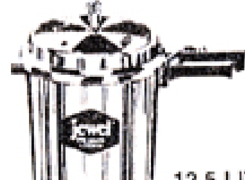
10.0 LIT



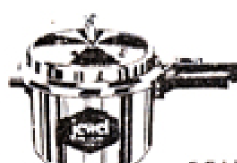
4.5 LIT



7.5 LIT



12.5 LIT



5.5 LIT



8.0 LIT

இலவசம்!
இட்லி தட்டு
(மூன்றடுக்கு ஸ்டெயின்லஸ் ஸ்டீல்)





4.5 LIT



3.5 LIT



2.5 LIT

5.5 லிட்டரிலிருந்து 12.5 லி...

ஆனந்தா ஏஜன்ஸீஸ்
45-46, தெற்கு ஆவணிமூல வீதி,
மதுரை — 625 001.
போன் : 23081

madhu ads

அஸ்வினி மஸில் ஆயில்

மூட்டு வலி, சுளுக்கு மற்றும் இதர வலிகளிலிருந்து உடனடி நிவாரணம் அளிக்கிறது.





உபயோகிப்பவர்களின் அபிப்பிராயம் :

மூட்டுவலிக்கு, நான், கடந்த சில மாதங்களாக உங்களுடைய அஸ்வினி மஸில் ஆயிலை உபயோகிக்கிறேன்.

எனது மனைவியும், தனது இடுப்பு வலிக்காக, அஸ்வினி மஸில் ஆயிலைத்தான் உபயோகிக்கிறாள். நாங்கள் இப்பொழுது இங்கிலீஷ் மருந்துகளை உபயோகிப்பதை முழுமையாக நிறுத்திவிட்டோம்.

வருங்காலத்திலும் தாங்கள் இதன் தரத்தை தொடர்ந்து கடைப்பிடிப்பீர்கள் என நம்புகிறேன்.

நன்றி, வணக்கம்.

V.T. பெருமாள்
கே.கே. நகர், சென்னை.

விலை
25 ml பாட்டில் ரூ.10 -
வரிகள் உள்பட.

MAC/AHP/943

தயாரிப்பாளர்கள்:
அஸ்வினி ஹோமியோ பார்மஸி
மூஸாபேட், ஐதராபாத் 500 018.

பாக்கிங், மற்றும் தபால் செலவுகள் உள்பட ரூ.50 - ஐ D/D மூலம் நேரடியாக அனுப்பி வைத்தால் மூன்று 25 ml. மஸில் ஆயில் பாட்டில்கள் அனுப்பி வைக்கப்படும்.

அஸ்வினி ஹோமியோ ஹேர் ஆயில் தயாரிப்பாளர்களின் மற்றுமோர் தயாரிப்பு

இல்லந்தோறும் இருக்கவேண்டிய வலி நிவாரணி

5. வீட்டில் வயதான பெற்றோர்களோ அல்லது யாராவது உறவினர்களோ இருந்தால், 4, 5 வயதுக் குழந்தைகளோ அல்லது உங்களது பேரப் பிள்ளைகளோ பார்த்துக் கொள்ளச் சொல்லி நீங்கள் ஆனந்தமாக வெளியே செல்லாதீர்கள். அதிக வயது காரணமாக அவர்களுக்கு குழந்தைகளுக்குச் சரியாக ஓடியாடி வேலை செய்ய முடிவதில்லை. பிறகு, "வீட்டில் கிழம் இருந்து என்ன பிரயோஜனம், ஒரு வேலைக்கும் லாயக்கு இல்லை" என்று கடும் சொற்களை அள்ளி வீசாதீர்கள்.

6. வயதானவர்கள் எங்கேயாவது வெளியே விசேஷங்கள், கோவில்கள், உறவினர்கள் இல்லம் போன்ற இடங்களுக்கும் போக விரும்பினால் உற்சாகமாக அனுப்புங்கள். அவர்களுக்கு வாழ்க்கையில் பொழுதுபோக்கு தேவை. எப்பொழுதும் வீட்டைக் காவல் காக்கும் வாட்ச்மேன் அல்ல அவர்கள். "நாங்கள் கிளம்பும் சமயத்தில்தான் நானும் கிளம்பும்! வீட்டிற்குக் காவலாக இருக்காமல்!" என்று ஏதாவது அசட்டுத்தனமாக பேசாமல், முதலிலேயே யார் யாருக்கு என்ன 'ப்ரோக்ராம்' என்று தெரிந்து அது பிரகாரம் ஒத்துப் போனால் எல்லோருக்கும் வசதியல்லவா?

7. உங்கள் பெற்றோர்கள் தங்கள் பங்கிற்கு மாதம் ஏதாவது பணம் அளித்தால், 'பிகுக்காரம்' செய்து கொள்ளாமல் வாங்கிக் கொள்ளுங்கள். ஒருவேளை அது உங்கள் மனத்திற்கு தவறாகத் தோன்றினால், அப்படியே சேமித்து விடுங்கள். ஒரு பெரிய நோய், ஏன் இறந்தால் கூட செலவு இருக்கும்.

8. தங்களிடம் இருக்கும் பணத்தையோ, நகைகளோ எதையாவது உங்களுக்கு எழுதி வைக்க முன்வந்தால், பெருந்தன்மையுடன் "உங்களுக்குப் பிறகு" என்று எழுதுங்கள். எப்படி இருந்தாலும் எங்களுக்குத்தானே வரப் போகிறது. உங்களுக்குச் செலவிற்கு வேண்டும் அல்லவா? ஆகவே அதை பிறகே தரலாமே" என்று கூறுங்கள். "கிழம் எப்போ சாகும் எப்பொழுது எங்களுக்குச் சொத்து வரும். ஆகவே இப்பொழுதே பிரித்துக் கொடுத்து விடுங்கள்" என்று சனத்தனமாகப் பேசாமல் பெருந்தன்மையுடன் ஒதுங்கிக் கொள்ளுங்கள். அவ்வப்பொழுது பேரப் பிள்ளைகள், திருமணப் பரிசுகள் என்று ஏதாவது கொடுக்க அவர்கள் பிரியப் படுவார்கள். அப்பொழுது உங்களைத் தொந்திரவு செய்ய மாட்டார்கள்.

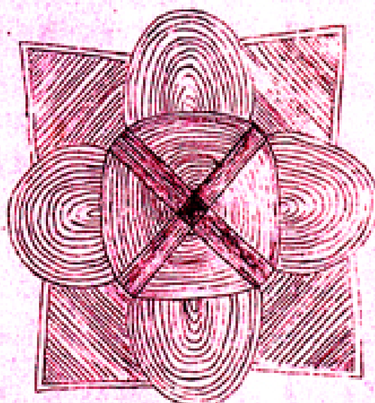
9. முக்கியமாக 'நோய்' என்று வந்து விட்டால், வெறுப்போ, அருவருப்போ அடையாதீர்கள். அது அவர்கள் குற்றமல்ல. அந்தச் சமயத்தில் மிகவும் அன்புடன் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். ஏதெனில் ஒரு நாள் உங்களை விட்டுப் பிரிந்து போய் விடுவார்கள். அதை விட்டு விட்டு, முகம் சுளித்து, நானா, உன் அப்பாவா? அல்லது நானா, உங்கள் அம்மாவா? என்று கணவன் மனைவி பட்டிமன்றம் போடாமல் அவர்களைக் கவனிக்க வேண்டும். வசதி உள்ளவர்கள் ஒரு trained helper போட்டுப் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். முடியாதவர்கள் நீங்களே பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்!

'ஐய! நாற்றம்! சனியன் எத்தனை நாளுக்குத்தான் இழுத்துக் கொண்டு இருக்கப் போகிறது? செலவு வேறு!' என்று காட்டமான வார்த்தைகளைக் கூறி மனத்தை புண்படுத்தாதீர்கள். நோய் தன்மையுடன், தன்னால் பிறருக்குத் தொந்திரவு என்ற குற்றமனப்பான்மை வேறு சேர்ந்து, நோய் இன்னும் தீவிரமடைந்து, மனநோய் ஏற்படக் கூட வழிவகுக்கும்.

'முதியோர் இல்லங்கள் இருக்கின்றனவே சேர்த்து விடுவோமே' என்று தேட ஆரம்பிக்காதீர்கள். முதியோர் இல்லங்களை ஆஸ்பத்திரி மாதிரி நடத்த இயலாது. அங்கும் Mentally physically fit' என்று இருந்தால்தான் சேர்த்துக் கொள்ள முடிகிறது. பணியாளர்கள் கிடைப்பது கஷ்டம். பிறகு, 'என்ன பெரிய சமூக சேவை இவர்கள் செய்கிறார்கள்' என்று அவர்களை நிந்தித்துக் கொண்டு இருக்காமல் நாமே நமது பெரியவர்களை கவனித்துக் கொள்ளலாம்.

10. இன்றைய முதியோர்கள், தங்கள் முதிய பருவத்தை எப்படிச் சமாளிப்பது என்ற ஒரு தயார் நிலையில் இல்லாமல் இருந்ததால் இன்று புதிய மாறுதலுக்குத் தயார் செய்து கொள்ளாமலும் அதை ஏற்றுக் கொள்ள முடியாமலும், திணறி அவதிப் படுகிறார்கள். ஆனால் நீங்கள், 'நாமும் எதிர்காலத்தில் முதியவர்களே' என்று புரிந்து கொண்டு, இன்று எத்தனையோ வழி முறைகள் புதிய பருவத்தை புரிந்து கொண்டு அதன்படி நடந்து கொள்ள இருக்கின்றன என்பதைத் தெரிந்து கொண்டு அதன்படி நடந்து கொண்டால் உங்கள் முதுமை ஒரு இனிமைதான்.

– சாவித்திரி வைத்தி



– சுலோச்சனா சந்தானம்

சருமத்திற்கும் கேசத்திற்கும் புத்துயிர் அளித்திடும் மூலிகைக் குறிப்புகள்

சாந்திக்

ஹெர்பல் ஃபேசியல் டானிக்*

சருமப் பொலிவளிக்கும் ரசாயனக் கலப்பற்ற தேர்வு

சாந்திக்

சாந்திக்

ஹெர்பல் ஹேர் டானிக்*

பிரச்னையற்ற கேசம் பெற இயற்கை அளித்திடும் வழி



பருக்களை மறையச் செய்கிறது

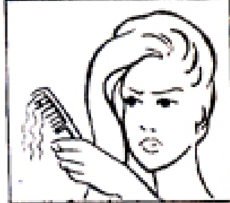
சாந்திக் இட்டு வாருங்கள்... சில நாட்களிலேயே பருக்கள் மற்றும் புள்ளிகள், படைகள், வேர்க்குரு போன்றவை மறையத் தொடங்குவதைக் காணுவீர்கள்... சருமம் ஆரோக்கியப் பொலிவோடு திகழ்வதை உணர்வீர்கள்.



சருமத்திற்கு வயதாவதைத் தடுக்கிறது

சாந்திக் ஹெர்பல் டானிக்கில் உள்ள இயற்கைப் பொருட்கள் சரும உலர்வை எதிர்த்து, சுருக்கம் ஏற்படுவதை எதிர்த்துப் போராடி சருமத்தில் இளமைத் தன்மையைப் பாதுகாக்கிறது.

தவறாது சாந்திக் இட்டு வாருங்கள்... உங்கள் சருமத்தின் ஆரோக்கியத்தை மீட்டு, குளுமை, மென்மை, புத்துணர்ச்சி, நிறப்பொலிவு ஆகியவற்றையும் அளித்திடுங்கள்.



கேசம் உதிர்வதைத் தடுக்கிறது

சாந்திக் ஹெர்பல் ஹேர் டானிக்கில் உள்ள இயற்கைப் பொருட்கள் உங்கள் கேசத்தின் வேர்களை பலப்படுத்தி, முடி உதிர்தல், இளநரை ஆகியவற்றை தடுக்கிறது.

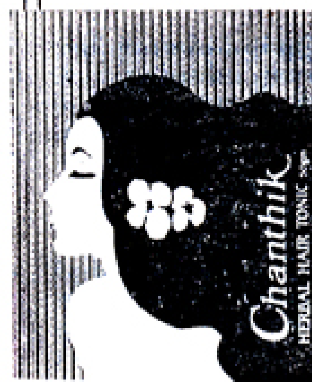


பொடுகு, தலை அரிப்பு, பேன்களை நீக்குகிறது

சிறிதும் ரசாயனக் கலப்பற்ற சாந்திக், பொடுகு, அரிப்பு மற்றும் பேன்களையும் எதிர்த்து, நல்ல ஆரோக்கியமிக்க, அழகான கூந்தல் வளரச் செய்கிறது.

தவறாமல் சாந்திக் ஹெர்பல் ஹேர் டானிக் இட்டு வாருங்கள். பிரச்சினைகளற்ற, ஆரோக்கியமுள்ள, கண்டோரைப் பொறாமைப்பட வைக்கும் அடர் கூந்தலைப் பெறுங்கள்.





* ஆயுர்வேத மருந்துகள்

தர்ஷனா ட்ரெடிஷனல் ப்ராடக்ட்ஸ்

46, பசுல்லா ரோடு, தி.நகர், சென்னை-17. போன்: 8254790

Anugrah 1180/03

கிடைக்கும் இடம் சில: ● **சென்னை:** [illegible] **தி.நகர்:** [illegible] **பாண்டிபஜார்:** [illegible] **அடையார்:** [illegible] **புரசைவாக்கம்:** A to Z H.S.C. போஸ் ரோடு: [illegible] ● **கோவை:** [illegible] ● **சேலம்:** [illegible] ● **ஈரோடு:** [illegible] ● **மதுரை:** [illegible] (20, வடக்கு சித்திரை வீதி), [illegible] ● **திருச்சி:** [illegible] ● **தஞ்சாவூர்:** [illegible] (போன்: 22194) ● **திருநெல்வேலி:** [illegible] (போன்: 25313) ● **திண்டுக்கல்:** [illegible] ● **நாகர்கோவில்:** [illegible] (போன்: 6056).

சாந்திக் கிடைக்காத இடங்களில் டீலர்கள் தேவை.

10 உச்சிதனை முகர்ந்தால்...

மறுநாள் காலை பாங்க் திறந்ததும் முதலில் உள்ளே நுழைந்த ஆள் வாஞ்சி தான்.

வாட்ச்மேனிடம் போய் ''கிஷோரைப் பாக்கணும் வந்துட்டாரா?'' என்றான்.

''கிஷோரா? அப்படி யாரும் இல்லீங் களே.''

''என்னப்பா? கிஷோர்ப்பா! பஞ்சு மிட்டாய் மாதிரி ரோஸ் கலரா அழகா கிராப் மீசை எல்லாம் வெச்சுண்டு...''

பியூன் அவனை ஒரு மாதிரியாக பார்த் தான்.

''ம்ஹூம் அப்படி யாரும் இல்ல சார். இந்த பிரான்ச்லயா வேலை செய்யறதா சொன்னார்?''

''ஆமாம்ப்பா!''

''அட ஏப்ரல் மாசம் கூட இல்லையே. எதுக்கு சார் உங்களை அந்த ஆளு இப்படி ஏமாத்திட்டான். கடன் கிடன் ஏதாச்சும் குடுத்தீங்களா?''

''அப்ப நிச்சயமா கிஷோர்னு யாரும் இல்ல!''

''ஏன் சார் கற்பூரம் அணைச்சு சொன் னாத்தான் போவீங்களா?''

''வேணாம்ப்பா. ரொம்ப தேங்க்ஸ். இந்தா டீ சாப்டு'' மணியைப் பார்த்தான். இன்னும் சரண்யா ஏன் வரவில்லை. ஒருக் கால் லீவு போட்டிருக்கி றாளோ? என்ன பெண் இவள். இல்லாத கிஷோரைப் பற்றி வர்ணித்து... எதற்கு அப்படிச் சொன் னாள்?

அதே நேரம் அபிராமியைப் பார்க்க அவனது வீட்டிற்குச் சென்றிருந்த சரண்யா வும் பிரமித்துத்தான் போனாள்.

வெடவெடவென்று ஒல்லியாய் கரி யைப் பூசினாற்போல் நிறத்தோடு எண் ணெய் வழியும் தலைமுடியை இறுக்கிப் பின்னி வாழை நார் கொண்டு முடிச்சிட்டு நீளமாய் சிகப்பு சாந்து வழியும் நெற்றி யோடு கதவைத் திறந்த அபிராமிக்கு சத்திய மாய் பத்து வயதுக்கு மேல் ஆகியிருக்காது. சரண்யாவுக்கு சிரிப்பதா அழுவதா என்று தெரியவில்லை. திருதிருவென்று விழித் தாள்.

''யாருங்க வேணும்?''

''ஆங்...? நீ... உம்பேரு என்னம்மா?''

''அபிராமிங்க.''

''வாஞ்சி இல்லையா வீட்டுல?''

''அண்ணன் அப்பவே வெளியே போய்ட்டாரே. நீங்க யாருன்னு சொல்லட் டும்?''

''ஒண்ணும் சொல்ல வேணாம். நா அவரை ஆபீஸ்லயே பாத்துக்கறேன். கத வைச் சாத்திண்டு பத்திரமா இரு அபிராமி! நா வரட்டுமா?''

அபிராமி கதவைச் சாத்தின தாமதம் தான். போர்டிகோவிலேயே நின்றபடி விழுந்து விழுந்து சிரிக்க ஆரம்பித்தாள். கண்ணில் நீர் வடிய சிரித்தாள்.

அபிராமி மீண்டும் கதவைத் திறந்து அவளை விநோதமாய்ப் பார்த்தது.

அதே நேரம் வாஞ்சியின் மாருதியும் உள்ளே நுழைய ஒருகணம் திகைத்துப் போனாள் சரண்யா.

- வித்யா சுப்ரமணியம்

'அட ராமா! இவன் எங்கே திரும்பி வந்திருக்கிறான் இப்போது! என்ன சொல்வது இவனிடம்!'

''என்ன மிஸ் சரண்யா... அப்படி ஒரு சிரிப்பு! தெருக் கோடி வரை கேக்கறது! எங்க வீட்ல அப்படி என்ன சிரிக்கும்படியா நடந்தது?''

''அது... அது...''

''ஆமா நீங்க ஆபீஸ் போகலை இன்னும்?''

''அது.. பர்மிஷன்... இதோ ஜெம்பிட்டேன்.''

''காப்பி கீபி ஏதாவது சாப்பிடறீங்களா?''

''நோ தேங்க்ஸ்.''

''நோ நோ. ரொம்ப டயர்டா இருக்கீங்களே. வாங்க உள்ளே வந்து அபிராமி கையால காப்பி சாப்பிட்டுட்டு போகலாம். அபிராமி அக்காவுக்கு காப்பி போட்டு கொண்டாமா. ஆமா... மூஞ்சில என்னமோ வழியறா மாதிரி இருக்கு. பாத்ரூம்ல வேணா போய் வாஷ் பண்ணிக்கறீங்களா?''

''ஹூ... ஹூ...''

''அதையே நானும் திருப்பிச் சொல்லட்டா? ஏன்னா... நானும் உங்க பாங்க் பாத்ரூம்ல முகத்தை வாஷ் பண்ணிட்டு தானே வரேன்!''

சரண்யா விழிகளை அகட்டி அவனை திகைப்போடு பார்த்தாள்.

''ஆமா...! கிஷோர் ரொம்ப நல்லார்க்கார்.''

'பக்'கென்று சிரித்தாள். ''நல்லா ஏமாந்தீங்களா?''

''ம்! உங்களை மாதிரியே...!'' வாஞ்சி கையை கட்டிக் கொண்டு சுவரில் சாய்ந்தபடி தலையைச் சற்று சாய்த்து அவளையே விழுங்கி விடுவது போல் புன்சிரிப்புடன் பார்த்தான்.

மைகாட்! இதென்ன பார்வை! நெஞ்சைக் குடை யறா மாதிரி! சரண்யாவின் உச்சந்



தலையிலிருந்து உள்ளங்கால் வரை அலை அலையாய் பரவியதற்குப் பெயர் என்ன? கூச்சமா, பயமா, பரவசமா... என்ன அது?

கடிகாரம் கூ...கூ என்று இனிமையாக ஐந்து முறை கூவி விட்டு ஓய்ந்தது. உறக்கம் கலைந்து எழுந்த சரண்யா பல் தேய்த்து பாலைக் காய்ச்சி இன்ஸ்டண்ட் காஃபி போட்டு டம்ளரில் விட்டுக் கொண்டு சோபாவில் வந்து அமர்ந்து குடிக்க ஆரம்பித்தாள். பத்மா இன்னும் எழுந்திருக்க வில்லை. ஆச்சரியத்தோடு அம்மாவைப் பார்த்தாள். அலாரம் அடித்தவுடன் முதலில் எழுந்திருப்பவளுக்கு இன்று என்னவா யிற்று?

''மணியாச்சே எழுந்துக்கலையா'' என்றபடி அவளது முதுகைத் தொட்டு



அசைத்த போது அதன் உஷ்ணம் விரல்களைத் தாக்கியதும் துணுக்குற்று நெற்றியில் கை வைத்துப் பார்த்தவள் அதிர்ந்தாள். உடம்பு கொதித்தது.

"என்னம்மா? முடியலையா? உடம்பு சுடறதே!"

"நேத்திக்கே மண்டையெல்லாம் கனத்தது. ராத்திரி ஒரு மாத்திரை போட்டுக்கணும்னு நெனைச்சேன். மறந்தே போயிடுத்து."

"சரி குளிக்க வேண்டாம். மூஞ்சி கை கால் அலம்பிக்கோ. சாமி கோச்சுக்க மாட்டார். காப்பி தரேன். அந்த மாத்திரையை இப்ப போட்டுக்கோ. கோவிலுக்குப் போறதுக்குள்ளே ஜுரம் விட்டுடும்."

"இல்ல சரண்! உடம்பு அசத்தறது தலையே தூக்க முடியலை நீ மட்டும் போய்ட்டு வா."

"ம்ஹூம். நீ வராட்டா நானும் போகலை."

"கொழந்தையா நீ? பிருந்தா பாவம் அவ்ளோ தூரம் சொல்லிட்டு போயிருக்கா. இன்னும் கொஞ்ச நேரத்துல அவா ரெண்டு பேரும் வந்துடுவா. நீ கிளம்பி ரெடியாகு."

"நீ என்ன சாப்டுவ? ப்ரட் ரோஸ்ட் பண்ணி வெச்சுட்டுப் போகட்டா?"

"அதெல்லாம் நா பாத்துக்கறேன். நீ கிளம்பு நாழியாறது."

சரண்யா அரை மனத்தோடு குளிக்கப் போனாள்.

நல்லபடியாய் இந்த வியாபாரம் நடக்க ஆரம்பித்து விட்டால் கருமாரி அம்மனுக்கு புடைவை சார்த்துவதாக பிருந்தா வேண்டிக் கொண்டிருந்தாள். எனவேதான் கையோடு அந்த பிரார்த்தனையை நிறைவேற்றி விடலாம் என்ற எண்ணத்துடன் பத்மாவையும் சரண்யாவையும் அழைத்தாள். வாஞ்சியின் காரில் அனைவரும் சென்று விடலாம் என்று சொன்னாள். சரி என்று சொன்னார்கள். இப்போது திடுதிப்பென்று அம்மாவுக்கு முடியாமல் போனது கண்டு சரண்யாவுக்கு போகவே இஷ்டமில்லை.

> தீபாவளி காரப் பலகாரங்கள் செய்யும்பொழுது மாவுடன் உப்பை நேரிடையாகக் கலக்காமல் சிறிதளவு நீரில் கரைத்துக் கலந்தால் எண்ணெயில் பல காரத்தைப் போட்டவுடன் வெடிக்காது.
>
> - ஆர். மீனாட்சி



கீழே கார் ஹாரன் ஒலித்தது. ஜன்னல் வழியே கீழே பார்த்து, 'இதோ வந்துட்டேன்' என்று கத்தி விட்டு அம்மாவிடம் சொல்லிக் கொண்டு கதவைத் திறந்து வெளியே வரவும் மாடிப் படி ஏறி மாத்யூஸ் வரவும் சரியாயிருந்தது.

"வாங்க ஆண்ட்டி" என்றாள்.

"என்ன சரண்? வெளில கிளம்பிட்டியா?"

"யெஸ்! திருவேற்காடு வரை போறேன்."

"ஓஹோ! கீழே வாஞ்சியும் அந்த பிருந்தாவும் உனக்காகத்தான் வெய்ட் பண்றாங்களா?"

"ம்! நீங்களும் வாங்களேன்."

"இல்ல சரண் நீ போய்ட்டு வா. நா பத்மாவைப் பார்க்கத்தான் வந்தேன்."

சரண்யாவை அனுப்பி விட்டு உள்ளே சென்றாள் மாத்யூஸ்.

சரண்யா கீழே இறங்கி வந்து வாஞ்சியின் மாருதியை நோக்கிச் சென்றாள்.

"எதுக்கு மாத்யூஸ் வந்திருக்கா?" வாஞ்சி கேட்டான்.

"தெரியலை. அம்மாவைப் பார்க்க வந்தாளாம். அம்மாக்கு நல்ல ஜுரம். கோவிலுக்கு வரலைன்னு சொல்லிட்டா."

சரண்யா பிருந்தாவுக்கருகில் பின் சீட்டில் உட்கார்ந்து கொண்டாள். பிருந்தாவின் பெண்ணும் பிள்ளையும் வாஞ்சிக்கருகில் உட்கார்ந்து கொண்டிருந்தனர்.

ஞாயிற்றுக் கிழமையானதால் கோயிலில் கூட்டம் அதிகமாகவே இருந்தது. ஒரு மணி நேரக் காத்திருத்தலுக்குப் பின் அம்மன் தரிசனம் கிடைத்தது. புடைவை சார்த்தி அர்ச்சனையை முடித்துக் கொண்டு பிராகாரத்தை சுற்றிக் கொண்டு வெளியே வந்தார்கள்.

"பசி வயித்தைக் கிள்றது இல்ல?" என்றாள் சரண்யா.

"அங்க வயத்த மட்டும்தான் கிள்றதா? இங்க ஆளையே தின்னுடும் போல இருக்கு. பிருந்தா சீக்கிரம் இட்லிக் கடையை விரி. இல்லன்னா வாஞ்சி பசில மயக்கம் போட்டு விழுந்துடுவான். பசங்களா உங்களுக்குப் பசிக்கல?"

"நாங்க ஏற்கெனவே மயக்கம் போட்டாச்சு" திவாகர் மயங்கி விட்டது போல் நடித்துக் காண்பித்தான்.

"இட்லிக்கு தொட்டுக்க என்ன சித்தி மிளகாப் பொடியா சட்னியா?"

"ரெண்டும் இல்ல. தேங்காய்ப் பொடி. வாஞ்சிக்கு அதான் பிடிக்கும் இல்ல வாஞ்சி?"

"எஸ்! ஏன் சரண்யாக்கு பிடிக்காதா?"

"வாஞ்சிக்கே பிடிக்கும் போது சரண்யாக்கு பிடிக்கக் கூடாதான்னு? தாராளமா பிடிக்கும்."

''அப்பொ இனிமே எனக்குப் பிடிச்ச தெல்லாம் உனக்கும் பிடிக்கும்ங்கற!''

''எல்லாம் பிடிக்குமோ என்னமோ இப்போதைக்கு ஒண்ணு கண்டிப்பா பிடிச் சுடும்.''

''என்ன அது?''

''உங்க ஜலதோஷம்தான்.''

''ஆமா எங்கேர்ந்து பிடிக்கண்டு வந் தீங்க மாமா இதை?'' திவாகர் கேட்டான்.

''அத ஏன் கேக்கறீங்க! நேத்து ஒரு ஆளை பேட்டி எடுக்கப் போயிருந்தேனா. அந்தாளு நிமிஷத்துக்கு நூறு தும்மல் போட் டான். தும்மல்தானா வரலைன்னா, கர்ச்சிப் போட்டு வரவழிச்சு தும்மினான். பேட்டி முடியறதுக்குள்ள இன்வல்ஸ் ரெக்கார்டே பண்ணிட்டான். போங்களேன். அங்க தொத் தினது தான். அதோட ராத்திரி குளிச்சேனா பயங்கரமா பிடிச்சுடுத்து'' வாஞ்சி மற்று மொரு முறை தும்மினான்.

பிருந்தா பிளாஸ்டிக் தட்டுகளில் இட்லி களை வைத்து ஒவ்வொருவரிடமும் நீட்டி னாள்.

தேங்காய்ப் பொடியில் தேங்காய் எண் ணெயை விட்டுக் குழைத்து அதில் இட்லி களை போட்டுப் புரட்டி எடுத்து வைத்தி ருந்தாள். பொடி இட்லியில் ஊறி எண்ணெ யோடு மணம் வீசியது.

''ஓ! தேங்காய்ப் பொடி பயங்கர டேஸ்ட்!'' சரண்யா கத்தினாள்.

''அதென்ன ''பயங்கர'' டேஸ்ட்? நல்ல டேஸ்ட்டுன்னு சொல்றது!''

''ஆமாம் எனக்கு ஒண்ணை ரொம்பப் பிடிச்சுடுத்துன்னா மொதல்ல பயங்கரம் சேத்துதான் சொல்லுவேன்.''

''அப்பொ வாஞ்சியை உனக்கு பயங்கரமா பிடிக்கும்னு சொல்லு'' பிருந்தா இடையில் புகுந்து சொல்ல எல்லாருமே கொல்லென்று சிரித்தனர்.

''என்ன பத்மா உடம்பு சரியில் லையா?'' என்றபடி அருகில் சென்றான் மாத்யூஸ்.

பத்மா சிநேகமாக சிரித்தாள். "லேசா ஜுரம்தான். ஒண்ணுமில்லே" என்றாள். மாத் யூசின் முகத்தில் ஒரு மலர்ச்சி பரவியிருந் ததைக் கவனித்தாள்.

"இன்னிக்கு புரோகிராம் எதுவும் இல் லையா? இந்த நேரத்துல ஃப்ரியாக்கீங்க" என்று கேட்டாள்.

"இல்ல பத்மா. ஒரு விழாவுக்குப் போயிருக்கணும். ஆனா போகலை. அதை விட முக்கியமான ஒரு எடத்துக்குப் போக ணும். அதான் உன்னைக் கூட்டிட்டு போக லாம்னு வந்தேன்."

"எங்கே?"

"ஒரு நல்ல கைனகாலஜிஸ்ட்கிட்டே."

மாத்யூஸ் முகத்தில் வெட்கம் பரவியது.

"இவ்வளவு வயசுக்கப்புறமாவான்னு நினைக்கிறியா?"

"சே... சே..." அவசரமாக மறுத்தாள் பத்மா.

"இல்ல பத்மா. எனக்கே எனக்குன்னு ஒரு குழந்தை வேணும்னு நான் நினைக்காத நாளில்லை. ஒரு குழந்தை இல்லைங்கற தால கடந்து போன வாழ்க்கைல காயம் பட்டவ நான். அதனாலதான் ஊரார் கேலி பேசினாக்கூட பரவாயில்லைன்னு..."

கண்களில் கண்ணீர் படர்ந்தது. பத்மா அவளை ஆறுதலாக அணைத்துக் கொண் டாள். மாத்யூஸுக்குப் பத்மாவிடம் தாய் மையுடன் கூடிய ஆறுதல் கிடைக்கும் என்று நம்பித்தான் பத்மாவைத் தேடி ஓடி வந்தாள்.

காம்பவுண்டுக்குள் நுழையும்போதே குட்மார்னிங் மேடம் என்று சொன்ன வாஞ் சிக்கு பதில் குட்மார்னிங் சொல்லி விட்டு, இவளைப் பார்த்தவுடன் பரபரப்பாகக் கீழே இறங்கி வணக்கம் சொன்ன பிருந்தாவைப் பார்த்துச் சிரித்து விட்டு மேலே வந்தாள்.

"என்னடா முந்தி மாதிரி சரண்யா இப்பல்லாம் அடிக்கடி போன் பண்றது கூட இல்லைன்னு நெனைச்சேன். இப்பத்தான் புரியறது. அவளுக்குப் புது ப்ரண்ட்ஸ் கிடைச்சுட்டாங்க போலருக்கு" என்ற மாத் யூசைப் பார்த்துப் புன்னகைத்தாள் பத்மா.

மாத்திரை போட்டுக் கொண்டதில் ஜுரம் குறைந்திருந்தது. மாத்யூசுக்குத் தானே எழுந்து சென்று காபி போட்டுக் கொடுத்து விட்டுச் சொன்னாள்,

"அந்த பிருந்தா வேறு யாரும் இல்ல மாத்யூஸ். எனக்கப்புறம், உங்களுக்கு முன் னால நந்தகோபாலோட வாழ்ந்தவதான். வாஞ்சி அவளோட சொந்தக்காரர்."

திகை மிதித்தவள் போல் நிமிர்ந்து பத்மாவைப் பார்த்தாள் மாத்யூஸ்.

(தொடரும்)

தீபாவளிக்கு மைசூர்ப்பாகு, பர்பி, பூந்தி, லட்டு செய்யும்போது உதிர்ந்து விழுபவைகளை மொத்தமாக எடுத்து வைத்துக் கொண்டு தீபாவளியன்று பாய சம் வைக்கும் போது கலந்து விட்டால் சுவையான பாயசமும் கிடைக்கும். உதிர்ந் தவைகள் வீணாகவும் செய்யாது.

- ஆர். ஜெயலெட்சுமி



எங்கள் பாதுகாப்பில் உங்கள் முதலீடு ஓர் அமுதசுரபி.

மதன் ஃபைனான்ஸ் வழங்கும் கவர்ச்சிகரமான திட்டங்களில் கண்டிப்பாய் உங்கள் முதலீடு ஓர் அமுதசுரபிதான். 36%* வரை வட்டி வழங்கும் "அமோக வளர்ச்சி" திட்டம். 30.21% வரை வட்டி வழங்கும் "ஹனுமான் சர்டிபிகேட்" திட்டம்.

இன்னும் இதுபோல் திட்டங்கள் ஏராளம்! ஏராளம்!

- டாடா, எஸ்ஸார், இன்வெஸ்ட்மெண்ட் டிரஸ்ட் இயக்குநர்கள், ஸ்டேட் பாங்கின் ஓய்வு பெற்ற

சிறப்பு டெபாசிட் விழா

நவம்பர்-14 அண்ணா அறிவாலயத்தில்

பங்குபெறுவீர் **அமோக பயன்பெறுவீர்**

இணை இயக்குநர் ஆகியோர் எங்கள் இயக்குநர் குழுவிலும் உள்ளனர்.

- யூனிட் டிரஸ்ட் ஆஃப் இந்தியா எங்களின் மூலதனத்தில் பங்கு கொண்டுள்ளது.
- அரசு வங்கிகள் அதிக அளவில் சலுகைகள் அளித்திருக்கின்றன.
- பொது மக்கள் டெபாசிட் தொகையாக ஏராளமாய் வழங்கியிருக்கின்றனர்.
- தொடர்ந்து 6 வருடங்களாக டிவிடெண்ட் வழங்கி வருகிறோம்.

ஊரெங்கும் விழாக்கோலம் பூண்டிருக்கும் தீபாவளி நாளான 14-11-'93 ஞாயிறு அன்று சென்னை தேனாம்பேட்டையில் உள்ள அண்ணா அறிவாலயத்தில் மதன் ஃபைனான்ஸ் நடத்தும் சிறப்பு டெபாசிட் விழாவில் பங்கு கொண்டு அமோக பயன் பெறுங்கள்.

** 12 வருடங்களுக்கு கூட்டு வட்டி மாதா மாதம் 14% வீதம்*



மதன் ஃபைனான்ஸ் லிமிடெட்.

பதிவு அலுவலகம்: 151, அண்ணா சாலை, முதல் மாடி, (ஆர்ட்ஸ் காலேஜ் எதிரில்), சென்னை - 600 002.
தொலைபேசி: 8264468 / 8264242

அண்ணா சாலை ஆர்ட்ஸ் காலேஜ் எதிரில் மட்டுமே எங்கள் அலுவலகம் உள்ளது.

WE SERVE YOU WITH INTEREST

OUR STATUTORY ADVERTISEMENT WAS PUBLISHED IN "NEWS TODAY" DATED 15.10.93.

ASP/M/MFL/2002/93

இன்று மட்டும் திரும்பி வந்து விடு!

-பானுகுமார்

மத்தியானம் இரண்டு மணி நியூஸ் கேட்டதிலிருந்து மனம் தவியாய்த் தவித்தது. நியூஸில் முழுதாகச் சொல்றாங்களா... இல்லையே. பம்பாய் ஸ்டாக் எக்ஸ்சேஞ்சில் குண்டு வெடித்து... சிலர் மரணம் பலர் காயம் என்று மொட்டையாகச் சொன்னால் என்னவென்று புரிந்து கொள்வது. அதற்கு இரண்டு பில்டிங் தள்ளிதானே இவர் ஆபீஸ். அங்கு ஏதாவது... யாரைக் கேட்டால் முழு விவரம் தெரியும்?

பக்கத்து வீட்டில் கேபிள் டி.வி.யில் பிபிஸி வரும். அதில்தான் போட்டோவுடன் பிட்டு பிட்டு வைக்கிறானாமே. கேட்கலாமா? இப்ப மணி இரண்டரை. தூங்கிக் கொண்டிருப்பார்கள். எழுப்பினால் தப்பாக நினைப்பார்கள். அக்கா வீட்டுக்குப் போன் செய்யலாம் என்றால் அவள் இன்று மாமியார் வீட்டுக்குப் போவதாகச் சொன்னது ஞாபகத்திற்கு வந்தது. சரி, ராகுலன் ஆபீஸுக்கே போன் செய்து கேட்டால் என்ன? அரை மணி நேரம் நம்பர் சுற்றிச் சுற்றி விரல் தேய்ந்ததுதான் மிச்சம். லைன் கிடைக்கவில்லை. என்ன ஆச்சோ தெரியவில்லை.

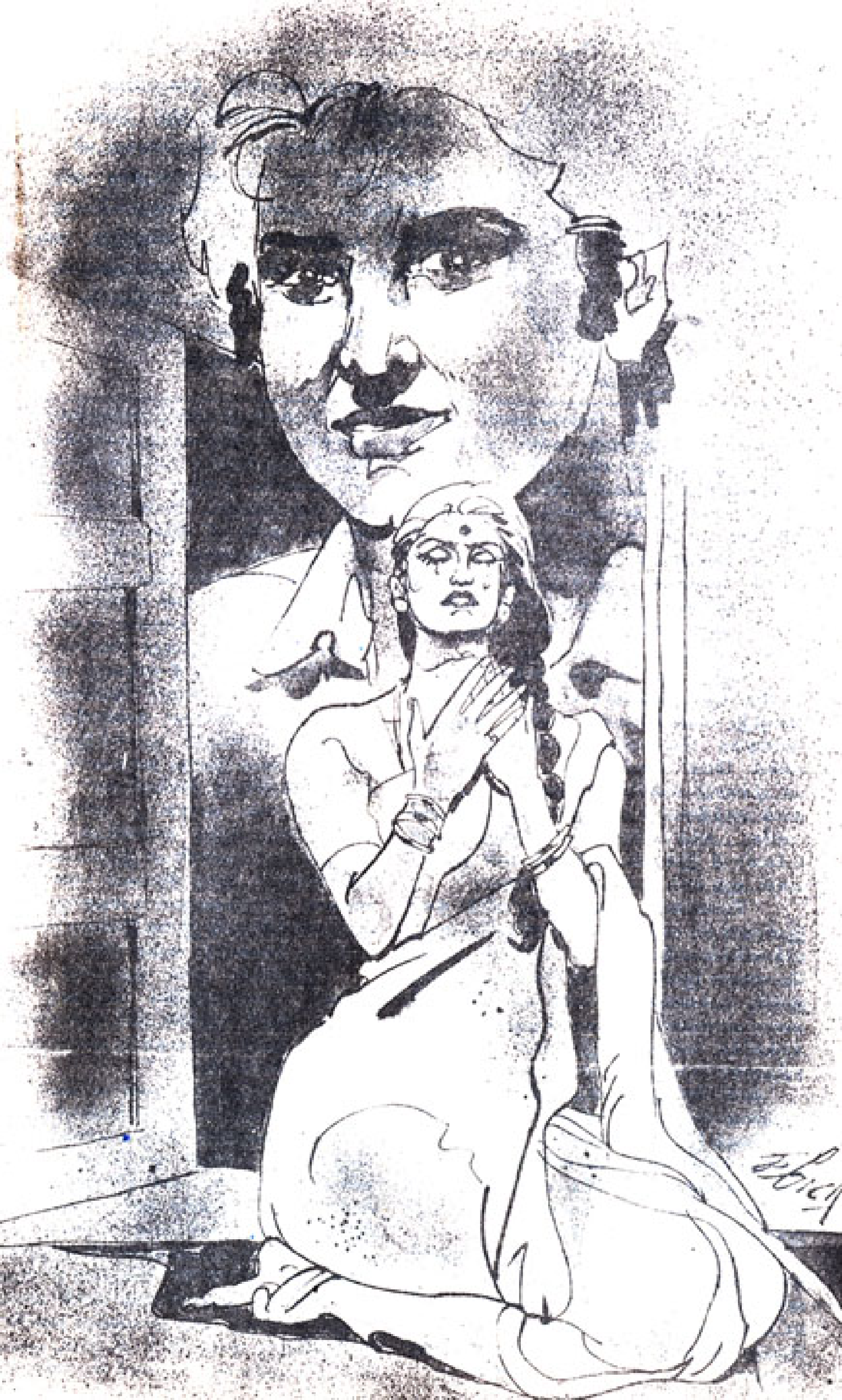
அதற்குள் ஃப்ரெண்ட் சுமதி போன் பண்ணி முழு விஷயத்தையும் சொன்னாள். இன்னும் மூன்று நான்கு இடங்களில் குண்டு வெடித்து பல பேர் இறந்து விட்டார்களாம். பஸ்ஸில் கூட இரண்டு பாம் வெடித்ததாம். பல பேருக்குக் காயமாம். ரோட்டில் நடந்த பலருக்கு அடி..

மறுபடி ராகுலுக்கு போன் செய்து பார்த்தாள். மறுபடி எங்கேஜ்ட். சுமதி சொன்னதை கேட்டதிலிருந்து கை கால் ஓடவில்லை. ஒருவித பயம் சில்லென்று வயிற்றில் இறங்கியது. வியர்வை வழிந்தது. கடவுளே கடவுளே என்று மனம் மௌனமாக அலறியது.

கை மட்டும் இயந்திரமாக பாத்திரங்களை கழுவியது. மேடையைத் துடைத்தது. மனம் எதிலும் லயிக்காமல் அலைபாய்ந்தது. உலகில் எத்தனையோ நல்லது இருக்க மனம் பிடிவாதக் குரங்காக கெட்டதையே நினைத்தது.

''ராகுலும் மாட்டியிருப்பாரோ... குண்டு வெடித்த இடத்தில்.. கடவுளே... அப்படி ஒன்றும் ஆகி இருக்கக் கூடாது. மனசஞ்சலம் அதிகமாக மறுபடி போன் செய்தாள். எங்கேஜ்ட், சரி. கொஞ்ச நேரம் போனை கீழே வைப்போம். ஒருவேளை ராகுல் எனக்கு போன் செய்ய ட்ரை பண்ணினால்... என் லைன் கிடைக்காதே...''

எழுந்து சில்லென்று தண்ணீர் குடித்தாள். நாற்காலியில் உட்கார்ந்து மனத்தை அமைதிப்படுத்த முயற்சித்தாள். கடவுளே. ஒன்றும் கெட்டது ஆகி இருக்கக் கூடாது.





கொத்துமல்லித் தழையை ரசத்தில் போட்டுவிட்டுத் தண்டை வீணாக்காமல், தேங்காயுடன் அரைத்துக் கூட்டு, குழம்புக்கு விட, மணக்கும். அல்லது அவ்வப்போது விழும் தண்டைக் காய வைத்து, ரசப் பொடியில் சேர்த்து அரைக்கவும். கொத்துமல்லி போடாமலேயே வாசனை கிடைக்கும்.

- பார்வதி

''எங்களுக்குத் திருமணமாகி பத்து வருடம்தானே ஆகிறது. அதில் முன் பாதி பணக் கஷ்டத்திலும், பின்பாதி மனக்கஷ்டத்திலும் கழிந்து வீணாகி விட்டதே. பணம் இல்லாத போது அதைச் சம்பாதிக்க சேர்க்க அவர்கள் பட்ட ஆரம்ப கால சோதனை. பணம் சேர்ந்தபின் அதைப் பகிர்ந்து கொள்வதில் வேதனை. இப்பத்தான் இரண்டு வருடங்களாகக் கொஞ்சம் வசதியாக இருக்கோம். ஆறு வயதுப் பெண்.... எது கேட்டாலும் வாங்கித் தர முடிகிறது.

''இந்தச் சிறு பெண்ணை நீதானேய்யா பெரிய மனுஷியாக்கி உன் மடியில் உட்கார வைத்து மாப்பிள்ளை கையில் பிடித்துக் கொடுக்க வேண்டும். எப்போதும் என்னைக் கேலி செய்வாயே... 'நீ சரியான பட்டிக்காடு. என் பெண்ணை எப்படி ஸ்டைலாக சுதந்திரமாக வளர்க்கிறேன் பார் என்பாயே... அந்த ப்ராமிஸை காப்பாற்ற வேண்டாமா? நீ இல்லை என்றால் என் ஒருத்தியால் அது எப்படிச் சாத்தியமாகும்?''

''பெண்ணை வளர்ப்பதை விடு. நாம் இன்னும் நம் வாழ்க்கையை வாழவே ஆரம்பிக்கவில்லையே. நாம் சேர்ந்து ரசிக்க வேண்டிய இனிமையான காலைப் பொழுதுகள், உல்லாசமாக பேசி உலாவிட எத்தனை மாலைகள், ஒருவரை ஒருவர் மறந்து காதலிக்க எத்தனை இரவுகள். இன்னும் எத்தனை கோடி இன்பம்... பாக்கி இருக்கே.

நாம் சேர்ந்து சென்று தரிசனம் செய்ய எத்தனை தெய்வ சன்னிதிகள் கண்டுகளிக்க வேண்டிய இயற்கைக் காட்சிகள். ஒன்றாகப் பார்த்து ரசிக்க திரைப்படங்கள், பாடல்கள். புதிதாகத் திறந்த ஐஸ்க்ரீம் பார்லரில் போய் நாக்கும் பல்லும் உறைய பட்டர் ஸ்காட்ச் இன்னும் திங்கவில்லையே.''

''ராகுல், நீ என் பிறந்த நாளுக்கு வாங்கித் தந்த மயில்கழுத்து வண்ண மைசூர் ஸில்க் இன்னும் மடிப்புப் பிரித்து நான் கட்டவில்லையே. அது எனக்குப் பொருந்துகிறதா என்று நீ பார்த்துச் சொல்ல வேண்டாமா?''

''உன்னிடம் நான் சொன்னதில்லையே. உன் கண்கள் எத்தனை அழகானவை என்று. நெருக்க நேரங்களில் உன்னை ரசிப்பதுடன், அப்படியே உரித்து வைத்து பிறந்திருக்கும் என் சின்னப் பெண் கண்களில் உன் அழகை நான் நீ இல்லாத நேரங்களில் பார்த்து மகிழ்வதை உன்னிடம் காதோடு கிசுகிசுக்க என் அபிமானம் இன்னும் இடம் கொடுக்கவில்லை. என் ஒவ்வொரு நரம்பிலும் எப்படி உன் காதலை உணர்கிறேன் என்று உன்னிடம் இன்று சொல்ல ஆசைப்படுகிறேன். தாயாக நீ எனக்குத் தலைவலி தைலம் தேய்த்து விடும் நேரங்களில் அப்படியே உன் கையை கண்களில் ஒற்றிக் கொள்ளத் தோன்றும். ஆனால் இன்று வரை செய்ததில்லை. இன்று தலைவலி மண்டையைப் பிளக்கிறது. சீக்கிரம் வா.''

''சரியான மசமசப்பு என்று கத்திச் சண்டையிட்டாலும் என்னிடம் இல்லாத ஒரு நிதானம் உன்னிடம் இருப்பதை நான் மதிக்கிறேன். அந்த நிதானம் என் பொறுமையை சோதித்தாலும் உள்ளுக்குள் நான் அதை ரசிக்கிறேன். இதை இன்று உன்னிடம் சொல்ல வேண்டும். வந்து விடு.''

''இதுவரை நாம் ஒருவரை ஒருவர் மிகவும் காயப்படுத்திக் கொண்டு விட்டோம். இனி மருந்திட்டுப் புரையோடிய புண்கள் ஆறிய பின் மறுபடி காயமாகாமல் பார்த்துக் கொள்வோம்.''

''ஆரம்ப ஆசைகளைக் கட்டுப்படுத்தி அடக்கி பணம் சேர்த்து வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்துவதில் நாம் வாழ்க்கையை வாழ்வதை மறந்து விட்டோம். சற்றே விலகி விட்டோம். மனம் கொஞ்சம் வக்கிரமாகி எதெற்கெடுத்தாலும் விவாதத்தில் இறங்கி சண்டி செய்கிறது. பேசுவது தப்பு என்று புரிந்தும் கடுமையாகப் பேசத் தூண்டுகிறது. எதிர்பார்ப்புகள் ஈடேறாத ஏமாற்றத்தில் பழிக்கத் தூண்டுகிறது. வசதி வந்தும் வக்ரமாக பழையதை நினைத்து ஓலமிடத் தூண்டுகிறது. நான் பேச, நீ பேச, ஒருவர் பேச நினைத்ததை மற்றவர் பேசவில்லை.

எனக்கு ஒரு சந்தர்ப்பம் கொடு... என்னை மாற்றிக் கொள்ள.''

நேரம் போவது தெரியாமல் யோசனையில் மூழ்கி இருந்ததில் சுற்றிலும் இருட்டு கவிழத் தொடங்கியபின்தான் மணி ஏழானதை உணர்ந்தாள். முகம் கழுவி பொட்டிட்டு இறைவன் முன் விளக்கு ஏற்றுகையில் கண்களில் மெல்லிய நீர்த் திரை விட்டது. மனம் உருகியது.

''ஆண்டவனே! நான் செய்த பாவங்களை இந்த ஒரு தடவை மன்னித்து விடு. இனிமேல் யாரைப் பற்றியும் கெட்டது நினைக்க மாட்டேன். ராகுலின் உறவினர்கள் வந்தால் மூஞ்சியை தூக்கி வைத்துக் கொள்ள மாட்டேன். இவர் ஆபீஸ் லேடி செகரடரி பற்றி வீண் சந்தேகங்கள் வளர்த்துக்கொண்டு வெறுப்புடன் நடந்து கொள்ள மாட்டேன். என் மனத்தில் எந்தவிதமான கீழ்த்தரமான எண்ணத்துக்கும் இடம் தர மாட்டேன். இப்படி வெறுப்பை வளர்த்துக் கொண்டதில் நான் கண்டதுதான் என்ன? வெறுப்பு ஒரு அமிலமாய் என்னை அரித்துத் தின்னதுதான் மிச்சம். நானும் பாதிக்கப்பட்டு மற்றவர்களையும் பாதித்ததுதான் மிச்சம்.

நீர்த் திவலையாய் நொடியில் கை நழுவிப் போய் விடும் வாழ்க்கையின் அநித்தியத்தைப் புரிந்து கொண்டு ஒவ்வொரு நொடியையும் இறைவன் தந்த வரப்பிரசாதமாக நினைத்து அனுபவிக்காமல் என்னையும் காயப்படுத்திக் கொண்டு மற்றவரையும் காயப்படுத்தி... சே. எவ்வளவு படித்து என்ன? அறிவு சமயத்தில் வேலை செய்வதில்லையே. அந்த ஆங்கார நேரங்களில் எப்படி கடித்துக் குதறுவது என்றுதான் நினைக்கத் தோன்றியதே தவிர... ஆத்திரத்தை அடக்கத் தெரியவில்லை.

ஆண்டவனே... தெளிந்து விட்டேன். இன்று மட்டும் ராகுல் திரும்பி வரட்டும். மனதை சாம்பலால் துலக்கி நிர்மலமாக்கி விடுகிறேன். இது சத்தியம்.

அப்படியே அவர் விதி முடிந்து விட்டது. சாவு நிச்சயம் என்றால்... இறைவனே... சாவு வந்தாலும் அது அமைதியாக வரட்டும். உன்னுடைய யமகிங்கரர்கள் பயமுறுத்தாமல் அமைதியாக உயிர்ப் பூவை பறித்துச் செல்லட்டும். அமைதியான வாழ்வு... முடிவில் அமைதியான சாவு... அதுவே ஒரு கொடுப்பினை இல்லையா?

குண்டு வெடித்து இறந்தால் இறந்தவர் உடல் அடையாளமே தெரியாதாமே. துண்டு துண்டாகச் சிதறிப் போய் விட்டால் அப்புறம் சதைக் கும்பலில் ராகுலன் யார் என்று எப்படிக் கண்டுபிடிப்பது. ஐயோ, இறைவா. சாவு வந்தாலும் அமைதியாக இறக்க விடு. இப்படியான கோரம் வேண்டாம். நிஜமாக ராகுல் இறந்து விட்டார் என்று எப்படி தான் நம்புவது. என் நெஞ்சு வெடிக்க எந்த உடல் மேல் விழுந்து அழுவது. அப்புறம் அவர் விரும்பியபடி கண் தானம் எப்படிச் செய்வது? பகவானே நீதான் காப்பாத்தணும்.''

பாரம் தாங்காமல் கண்ணீர்த் துளிகள் கன்னத்தில் வழிந்தோடின. அப்புறம் தன்னையே, ''சீ பைத்தியம்'' என்று தேற்றிக் கொண்டாள். வீண் கற்பனை.. இதை நினைத்து பயப்படுவானேன்... அழுவானேன்?

ஏதாவது வேலை செய்யலாம். வேலை செய்தால் கவலை மறக்கும் என்று இழுத்துப் போட்டுக் கொண்டு புலவு செய் தாள். ராகுலுக்கு ரொம்பப் பிடிக்கும். கூட வெங்காயம் பொடிப் பொடியாக நறுக்கிப் போட்டு தயிர்ப் பச்சடி. வெங்காயம் நறுக்கும் போது கண்ணில் வழிந்த நீர் சற்று ஆறுதல் தந்தது.

குட்டிப் பெண் சாப்பிட்டு சீக்கிரம் தூங்கி விட்டாள். மணி ஒன்பதடித்தது. இவர் ஏன் இன்னும் வரவில்லை. ப்ரெண்ட் யாருக்காவது போன் செய்யலாம் என்று நம்பர் டயல் செய்வதற்குள் வாசல் மணி ஒலித்தது. ''தேவன் கோவில் மணி யோசை...'' ஓடிச் சென்று திறந்தால் எதிரில் ராகுல் நிற்க மனம் துள்ளிக் குதித்தது.

வழக்கமாக ஆபீஸிலிருந்து லேட்டாக வந்தால் 'உர்'ரென்று முகத்தைத் திருப்பிக் கொண்டு உள்ளே சென்று விடும் மனைவி, கை கால் முகம் கழுவி வீட்டு உடைக்கு மாறும் வரை அப்பா அழுக்கு என்று குழந்தையைக் கூட கிட்ட நெருங்க விடாத மனைவி, இன்று வியர்வை வழிய நிற்கும் தன்னை கட்டிப் பிடித்துக் கொண்டு ஓவென்று பெருங்குரலெடுத்து அழுவதன் காரணம் புரியாமல் மலைத்து நின்றான் ராகுலன்.



தீபாவளிக்கு மத்தாப்புகள் கொளுத்திய கம்பிகளை நன்றாகக் கழுவி எடுத்து வைத்துக் கொண்டால் கலைப் பொருட்கள், பொம்மைகள் செய்ய உதவியாக இருக்கும்.
– ஆர். மீனாட்சி

இந்த மாதம் எப்படி? நவம்பர் '93

மேஷ ராசி :

அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

சிறந்ததொரு நற்காலம் ஆரம்பிக்க இருக்கிறது. இந்த ஆண்டு குருபெயர்ச்சி சுப காரியங்களைச் செய்வதற்குரிய வாய்ப்பினை வழங்கிட இருப்பதால் திருமணம் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் தானாகவே கைகூடி வரும். இல்லற இன்பத்திற்குத் தடையிராது. குடும்பத்தில் அமைதியும், சுபிட்சமும் நிலவும். சர்ப்பக்கிரகங்களின் சஞ்சாரம் சற்று சஞ்சலத்தைத் தரும். அது அலுவலகப் பணியிலும் ஏற்படலாம். அல்லது தொழிலிலும் ஏற்படலாம். நிதிப் பொறுப்பில் இருப்பவர்களின் சிறு கவனக்குறைவும் பெரியதொரு குழப்பத்தினை உண்டாக்கலாம். தந்தை வழி உறவினர் ஒருவரின் உடல் நிலை பாதிக்கப்படலாம். சனி பகவானின் பார்வை இராசிக்கும் இராசிநாதனுக்கும் இருந்தாலும், சனியும் இராசிநாதனாகிய செவ்வாயும் ஆட்சியில் இருப்பதால் அனுகூலமான சூழ்நிலையே உருவாகும். எனவே புதிய தொழில் ஆரம்பிக்கலாம். இரும்பு, கருப்புக் கல் சம்பந்தமான தொழில் சிறப்பாக அமையும். அரசியல்வாதிகள், அரசுப் பணியாளர்கள், திரைப்பட நடிகைகள் ஆகியவர்களுக்கு முன்னேற்றமான சூழ்நிலை உண்டு. பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். கேதுவின் கெடு பலன் குறைய கணபதி ஹோமம் அல்லது விநாயகர் சம்பந்தமான ஸ்தோத்திரம் மனப்பாடம் செய்தல் ஆகியவைகளைச் செய்யலாம். குருவின் பார்வையால் இந்த ராசிக்காரர்களுக்குக் கூடுதலான நன்மை உண்டு.

ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் சூரியனால் செல்வாக்கும், தன லாபமும் ஏற்பட்டாலும், பிற்பகுதி அதே சூரியனால் விக்கினமும் ஏற்படலாம். அதனால் சூரிய உதயத்தின் போது ஆதித்ய ஹிருதயத்தைச் சொல்லுங்கள். அல்லது கேசட்டுகள் மூலம் கேளுங்கள். சுக்கிரன் தாம்பத்ய உறவில் சிறு சலனங்களை உண்டாக்கலாம். ஆனால் ஆட்சியில் இருப்பதால் அனுகூலமான நிலையே நீடிக்கும். புதனால் புகழ் உண்டு. கலைஞர்களுக்கு ஏற்றமுண்டு. புதுக் கலைஞர்கள் தங்களது அரங்கேற்றத்திற்கு ஆயத்தம் செய்யலாம். ராகுவும், கேதுவும், குறிப்பாக மற்ற கிரகங்களின் சஞ்சாரமும் சரியாக அமையவில்லை. அதனால் நவக்கிரக ஸ்தோத்திரம், கவசதாரா ஸ்தோத்திரம் இவற்றைப் படிக்கவோ அல்லது பிறர் கூறக் கேட்பதோ தீய பலனைக் குறைக்கும். சுபகாரியங்களுக்கு ஏற்ற சமயமில்லை. அலுவலகப் பணியாளர்கள் இடமாறுதல்களுக்கு விண்ணப்பிக்க வேண்டாம்.



வேண்டாத இடம் கிடைத்து வேதனைப்பட வேண்டி இருக்கும். பங்கு மார்க்கெட் பக்கம் தலைவைத்துக் கூட படுத்து விடாதீர்கள். காவல் துறையினர், மற்றும் சுங்கத் துறையினர் தங்களது கண்காணிப்பில் நன்கு கவனம் செலுத்தினால் மகத்தானதொரு வெற்றியை அங்காரகனால் அடைவீர்கள்.

நியாயமில்லை. தாம்பத்திய உறவில், மக்கள் நலனில் மகிழ்ச்சியான சூழ்நிலையே நிலவும். நடிப்புத் துறையினர்க்கு நல்லதோர் நேரம். குழந்தையைப் பெறும் சூழ்நிலையில் உள்ளவர்களுக்குச் சுகப் பிரசவம் ஏற்பட்டு, ஆரோக்கியமாகப் பிறக்கும் வாய்ப்பு அதிகம் தெரிகிறது.

மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இந்த குருபெயர்ச்சி இந்த இராசிக்காரர்களுக்கு நன்மை செய்யும் நிலையில் ஏற்பட்டுள்ளது. இந்த மாதத்தில் ராகுவுடன் சேர்ந்து, செவ்வாயும் சகல காரியங்களிலும் வெற்றியை ஏற்படுத்தித் தருவார்கள். எனவே எந்தத் துறையினரும், அவர்களது அபிலாஷைகளைப் பூர்த்தி செய்து கொள்ள எத்தகைய முயற்சியைச் செய்ய வேண்டுமோ அவற்றை இந்த மாதத்தில், குறிப்பாக மாதத்தின் பிற்பகுதியில் மேற்கொள்வது நல்லது. உங்கள் வேலை சம்பந்தமாகவோ, அல்லது உங்கள் கலையை அரங்கேற்றவோ செய்யும் எந்த முயற்சியிலும் வெற்றி உண்டு. குருவின் பார்வை உங்கள் பக்கம். எனவே சுபகாரியம் கைகூடி வர வேண்டுமா, வீடு வாங்க வேண்டுமா, வரன் பார்க்க வேண்டுமா எதுவாயினும் சரி உடனே செயலில் இறங்கலாம். ஆனால் ஆரம்பிப்பதற்கு முன் கணபதிக்குரிய அர்ச்சனை அபிஷேகம், அல்லது ஹோமம் ஒன்றைச் செய்து ஆரம்பியுங்கள். கேது 12ல் விரயத்தில் இருப்பதை மனத்தில் கொண்டே இந்தப் பரிகாரம் கூறப்படுகிறது என்பதை மறந்து விட வேண்டாம். ஆட்சியில் உள்ள சனி குருவினால் பார்க்கப்படுவதால் அவரால் துன்பம் வர

கடக ராசி :

புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

4,5,8 ஆகிய இடங்களில் உள்ளவர்களான சுக்கிரன், செவ்வாய், சனி ஆகியவர்கள் ஆட்சியில் இருப்பினும் சுக்கிரன் ஒருவனே சுகத்தை அளிக்கிறார். எனவே குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி இருக்கும். குழந்தைகளினால் ஒரு சிலருக்குச் சிறு சிறு பிரச்னைகள் தோன்றி மறையும். அது படிப்பு சம்பந்தமாகவும் இருக்கலாம். நோய் சம்பந்தமாகக் கூட இருக்கலாம். எனினும் செலவும் கட்டுக்குள் அடங்கியே இருக்கும். அரசியலில் உள்ளவர்களுக்குச் சில பிரச்னைகள் தோன்றக்கூடும். நல்லதொரு தசாபுக்தி நடப்பவர்களுக்கு இத்தகைய கோட்சாரம் எந்தவிதத்திலும் பாதிக்காது. எனவே, கவலை தேவையில்லை. தசாபுக்தி சரியில்லாதவர்கள் குருவுக்கும், சூரியனுக்கும் அர்ச்சனைகள் செய்யலாம். கேது இலாப நிலையில் உள்ளதால் அதன் ஆதி தேவதையான விநாயகரைத் தொழுங்கள். இடர்களும், இன்னல்களும், நீங்கப் பெற்று இன்பம் காண்பீர்கள். ஒரு பெண்ணால் மாதத்தின் முன்பகுதியில் மன அமைதியை இழக்க நேரிடலாம். குறிப்பாகத் திரைப்பட நடிகர்களின் புகழ் இதனால் பாதிப்புக்கு ஆளாகலாம். குரு, சுக்கிரன், நீச்ச சூரிய சேர்க்கை அந்த அளவிற்குப் பாதகமான சூழ்நிலையை உருவாக்கலாம்.

மைசூர்ப்பாகு (கோவா மிக்ஸ்ட்)

மைசூர்ப்பாகு கிளறும்போது, சரியாக வராமல் பொரபொரவென்று உதிர்த்துவிடுமோ என்று சிலர் பயப்படலாம். முக்கால்வாசி கிளறியவுடன் சிறிது கோவாவைச் சேர்த்துக் கிளறினால் தூளாகும் வாய்ப்பில்லை. நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டிக் கொஞ்சம் ஆறியவுடன் துண்டங்கள் போட்டு உபயோகிக்கவும். சுவை மிகவும் நன்றாயிருக்கும். மிகவும் மிருதுவாக இருக்கும்.

- கனகதாரா

சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் சூரியனால் புகழும், பாராட்டும் கிடைக்கும். பிற்பகுதியில் புதனால் பணத் தட்டுப்பாடு நீங்கும். சென்ற மாதத்தில் இடம்பெயர்ந்த குருவினால் சில குழப்பங்கள் விளையக் காரணமுண்டு. அது பதவி சம்பந்தமாகவும் இருக்கும். அல்லது பிறர் தலையீடு காரணமாகவும் ஏற்படலாம். குறிப்பாக சிம்ம ராசிக்காரர்களுக்கு இராசிநாதன் முற்பகுதியில் தனது நீச்சம் பங்கமடைந்து இராஜயோகத்தைத் தர இருப்பதால் இந்த காலகட்டத்தில் இடையூறு ஏதும் ஏற்படாமலிருக்க யானைமுகத்தோனுக்கு அர்ச்சனை செய்வது நல்லது. அத்துடன் குருவுக்கும் சிறப்பு வழிபாடு செய்ய வேண்டும். அவ்வாறு செய்தால் எந்தத் துறையிலும் தலைமைப் பதவியில் உள்ள இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு குருவால் ஏற்படுகின்ற தடைகள் நீங்கி நல்ல நிலை உருவாகும். திரை மறைவில் இவர்களுக்கு எதிராக நடக்கும் சதிகள் - குறிப்பாக இவர்களை விடத் தாழ்ந்த நிலையில் உள்ளதொரு பெண்ணால் ஏற்படுகின்ற சிரமங்களிலிருந்து விடுபட இவர்கள் சனீஸ்வரனுக்குத் தனிப்பட்ட முறையில் ஹோமம் ஒன்று நடத்துவது நல்லது. இதன் காரணமாக இவர்களுக்குள்ள திருஷ்டி தோஷமும் விலகும். அத்துடன் சற்று எச்சரிக்கையுடனேயே உங்களது செயல், சொல் ஆகியவை இருத்தல் அவசியம். இதன் சிறப்பை வெகு விரைவிலேயே உணர்ந்து மகிழ்வீர்கள். இதுவரை இருந்த கவலை ஒன்று நீங்கி நிம்மதி பெறுவீர்கள்.

கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

இரண்டாம் இடத்தில் குருவுடன் இராசிநாதன் சேர்ந்து இந்த இராசிக்காரர்களுக்கு இதுவரை இருந்த இடர்களை நீக்கி, குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சியும், சுப நிகழ்ச்சியும் ஏற்பட உதவுவார். அத்துடன் ஆறாம் இடத்தில் உள்ள சனீஸ்வரர் தொழிலிலிருந்த தேக்க நிலையை நீக்கி நல்லதொரு நிலையை உருவாக்குகிறார். கன்னிப் பெண்களுக்குத் திருமணம் கைகூடிவரும் நிலை தெரிகிறது. நடிப்புத் துறையினருக்கும், மாணவர்களுக்கும் பாராட்டும் பரிசும் கிடைக்கும். வேழமுகத்து விநாயகனை வேண்டுவோருக்குக் கேதுவால் ஏற்படும் கெடுபலன்கள் குறையும். இந்த ஆண்டு குருபெயர்ச்சியால்

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன் :

பொருள் : புது வருட ஸ்பெஷல் கடைசி தேதி : 15.11.'93

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச்சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

இந்த இராசிக்காரர்களுக்குச் செல்வமும், வீடும் கிடைக்கும் வாய்ப்பு உண்டு. மண் காரகனாகிய செவ்வாய் வீடு, நிலம் வாங்க அருள் புரிவார். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் பதவி உயர்வோ, அல்லது புதியதொரு பதவியோ கிடைக்கும். அரசியலில் உள்ளவர்களுக்கு ஆதாயம் ஏற்படும். மொத்தத்தில் சிறப்பான காலகட்டம் ஆரம்பம். எனவே எத்துறையினரும் புதுமுயற்சிகளை மேற்கொள்ளலாம்.

துலா ராசி :

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதன் ஆட்சியில் இருப்பதால் குடும்பத்தில் அமைதி நிலவும். அதே சமயம் அலைச்சலும், வீண் விரயமும் மற்ற கிரகங்களால் ஏற்படலாம். உடல்நலத்தில் கவனம் தேவை. இடமாற்றத்திற்கும் இடமுண்டு. வெளிநாட்டுப் பிரயாணம் ஒன்று கைகூடி வரலாம். தாய்மாமன் வீட்டாரின் எதிர்ப்புகளும் ஏற்படலாம். சுக்கிரனைத் தவிர வேறு எந்தக் கிரகமும் வலுவாகச் சஞ்சரிக்கவில்லை. எனவே, வம்பு, வழக்குகளில் தோல்வி ஏற்படலாம். சுக்கிரனால் நுட்பக் கலைஞர்களுக்கும், அழகு சாதன வியாபாரிகளுக்கும் ஒப்பனைக் கலைஞர்களுக்கும் ஓரளவு இலாபம் பெறும் நிலை உண்டு. அரசுப் பணியாளருக்குப் பொறுப்பு அதிகமாகி அதன் காரணமாக மனநிம்மதி குறைவு ஏற்படும். குறுக்கு வழியில் பணம் செய்ய எண்ணுபவர்களுக்கு ஏமாற்றமே கிடைக்கும். தந்தை வழி உறவினர்களுக்கு உடல் நிலை பாதிக்கப்படலாம். நல்லதொரு மாதமாகச் சொல்ல முடியவில்லை. எனவே ஏதேனும் சிவாலயம் ஒன்றுக்குச் சென்று, தட்சிணாமூர்த்திக்கு எதிரில் மவுனமாக அமர்ந்து தியானம் செய்வது நல்லது. சோதனைகளை வென்று விடலாம். அனுபவித்துக் கழிக்க வேண்டிய மாதம்தான்.

விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

சனி, சுக்கிரன், செவ்வாய் ஆட்சியில் இருப்பதால் பிரச்சினைகளைச் சமாளிக்கும் திறன் ஏற்படும். சூரியன் நீச்ச பங்க ராஜயோகத்தை அளிக்கும் நிலை முதல் 15 நாட்களுக்கு உண்டு. பிறகு அவரும் சாதகமாக இருக்க மாட்டார். குரு மறைவுஸ்தானத்தில் இருப்பதால் கோட்சார ரீதியாக உதவும் நிலையில் இல்லை. எனவே, இந்த இராசிக்காரர்களின் தாபுக்திக்கு ஏற்ப

வாழ்க்கை நிலை இவ்வாண்டு அமையும். இந்த மாதத்தில் எந்தக் கிரகமும் சாதகமான சூழ்நிலையில் சஞ்சரிக்காததால், புது முயற்சியோ, அல்லது பூர்வாங்க ஏற்பாடுகளையோ செய்யாமல் இருப்பதே நல்லது. மற்றபடி குடும்பத்தில் செலவு கட்டுக்கு அடங்காத நிலையில் இருந்தாலும், சமாளிக்கும் சாமர்த்தியமும் உண்டு. தாம்பத்திய உறவு நன்கு இருந்தாலும், பிறர் விஷயமாக உங்களுக்கும், மனஅமைதி குறையலாம். எதை நம்பியும் எவருக்கும் எதைப் பற்றியும் வாக்குறுதி அளிக்கவும் வேண்டாம். பிறர் உங்களுக்கு உதவுவதாகக் கூறினாலும் நம்பவும் வேண்டாம். ஏனெனில் உள்ளபடியே அவர்கள் உதவ வந்தாலும் கிரக அமைப்புகள் அதைத் தடுத்து விடும் நிலை. எனவே, நவக்கிரக ஸ்தோத்திரங்களைப் பாராயணம் செய்யவும். ஆதித்ய ஹிருதயம், மகிஷாசுர மர்த்தினி ஸ்தோத்திரங்களைக் கூறுங்கள். அல்லது பிறர் வாயிலாகக் கேளுங்கள். வேறு பரிகாரம் தேவையில்லை. பலனும் அளிக்காது. எனினும் விபரீதமாக ஒன்றும் நடந்து விடாது. எனவே அமைதியாக இருப்பதே நல்லது.

தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

நல்லதொரு காலகட்டம். குறிப்பாக மாதத்தின் முற்பகுதியில் எடுத்த காரியத்தில் ஜயம் உண்டாகும். குடும்பத்தில் சகஜமான சூழ்நிலை உண்டு. புத்திரோற்பத்திக்கு குருவின் ஆசிகள் உண்டு. எனவே இதுவரை அத்தகைய வாய்ப்பினைப் பெறாது வருந்தும் தம்பதியர் தெய்வ அனுக்ரஹத்தால் பலன் பெறலாம். புதிய பதவி, தொழிலில் முன்னேற்றம், எதிர்பாராத தனலாபம் என பலவிதத்திலும் குரு, சுக்கிரன் மற்றும் சனீஸ்வரனாலும் சகல முயற்சிகளிலும் இலாபம் உண்டாகும். 12ல் உள்ள செவ்வாய் ஆட்சியில் உள்ளதால் சலனத்தை உண்டாக்க மாட்டார். ஆனால் ராகுவினால் உடல்நிலை சற்று பாதிக்கப்பட்டாலும், கவலைப்படும் அளவுக்கு ஏதும் ஏற்பட்டு விடாது. தந்தை வழி உறவினர் ஒருவரின் உடல்நிலை கடுமையாகப் பாதிக்கப்படும். புதுத் தொழில், புது ஒப்பந்தம், தொழிலை விரிவுபடுத்துதல், மேலோரைக்காணல், மற்றும் பதவிசம்பந்தமான நேர்காணல் ஆகிய எந்த முயற்சியிலும் வெற்றி உண்டு. நல்லதொரு மாதம். சந்திரன் உச்சமடையும் நாளில் எதிர்பாராத தனலாபம் ஏற்படும்.

மகர ராசி :

உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

குருவின் பார்வை இராசிக்கு இல்லையே என்ற கவலை தேவையில்லை. ஆனால் அவர் இராசிநாதனைப் பார்க்கிறார். எனவே பதவி உயர்வு கட்டாயம் உண்டு. 7½ சனியின் கெடு பலன் குறையும். இராசிக்கு 9, 10 க்குடையவர்கள் என புதனும், சுக்கிரனும், துலாவில் நன்கு சஞ்சரிப்பதால் மாதம் பூராவும் தரும கருமாதிபதி யோகம் உண்டு. இதுவரை கைகூடாத செயல்கள் கூட கட்டாயம் நிறைவேற வேண்டிய நிலை. புதுத் தொழில் ஆரம்பிக்கலாம். இசைத் துறையினர், எரிபொருள் துறையினர், அமிலங்கள், காரங்கள் உற்பத்தி செய்வோர், உதிரிப் பாகங்களைச் செய்பவர்கள் ஏற்றம் பெறக்கூடிய நிலை. பயமின்றி இவை சம்பந்தமான தொழில்களை ஆரம்பிக்கலாம். மறைமுக எதிரிகளால் சிலருக்குச் சிறு தொல்லைகள் ஏற்பட்டு விலகும். குடும்பத்தில் ஒற்றுமை உண்டு. குழந்தைகள் நலன் நன்கு அமையும். ஆனால், பொருளாதார விஷயத்தில் சற்று தட்டுப்பாடு ஏற்படலாம். சாமார்த்தியமாகச் சமாளிக்கும் நிலையை குரு தர இருக்கிறார்.



அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

இராசிநாதன் ஆட்சியில் இருப்பதும், சுக்கிரனுடனும், புதனுடனும் சேர்ந்த குருவின் பார்வையும் இவர்களுக்கு இதுவரை இருந்த மனக்கவலை, பணத்தட்டுப்பாடு, எதிரிகளின் மறைமுகத் தாக்குதல் ஆகிய அனைத்திலிருந்தும் விடுபட்டு, நிம்மதிப் பெருமூச்சு விடலாம். கல்வியில் முன்னேற்றம் உண்டு. கலைஞர்களுக்குச் சிறப்பான காலம். நடிகர்கள் நன்கு முன்னேறுவர். புது ஒப்பந்தம், வெளிநாட்டுப் பயணம் மற்றும் பதவி உயர்வு, எதிர்பார்த்த இடத்திற்கு மாற்றம் என எதிலும் நன்மை உண்டு. தீர்த்த யாத்திரைக்கும் சென்று வரும் யோகம் உண்டு. விநாயகரைத் தொழுங்கள். விக்னம் ஏதுமின்றி செயல்கள் சரியாக நடக்கும்.

மீன ராசி :

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

புதன், சுக்கிரன் ஆகியோர் அனுகூலமான நிலையில் உள்ளனர். அஷ்டமக் குரு ஆட்சிச் சுக்கிரனுடன் இருப்பதால் கெடு பலன் ஏற்படாது எனலாம். தாய் மாமனால் உதவி வரும். மற்றபடி தனலாபத்திற்கும், புத்திரர்களின் நலனுக்கும், குடும்பத்தில் குதூகலத்திற்கும் புதனும், சுக்கிரனும் உதவுவார்கள். எனவே புதன், வெள்ளி ஆகிய நாட்களில் சுபம் பேச, புதுத் தொழில் ஆரம்பிக்க புதுப்படத்திற்கு பூஜை போட, ஏற்பாடுகள் செய்தால் வெற்றி நிச்சயம் உண்டு. அந்த நாட்களில் எதிர்பாராத தனலாபமும் ஏற்படலாம். வீடு, மனை வாங்கும் வாய்ப்பும் ஏற்படும். கண் சற்று பாதிக்கப்பட்டு, மருத்துவத்தால் குணமாகும். முருகனது அருள் பரிபூரணமாகப் பெறக்கூடிய நிலை. எனவே பழனி, திருச்செந்தூர் சென்று வரலாம். கேட்டது கிடைக்கும். தொட்டது துலங்கும். செவ்வாய்க் கிழமைகளில் சில பிரச்னைகளில் தோல்விகள் ஏற்படலாம். எனவே அதற்கேற்ப நடந்து கொள்ளுங்கள். ஜாதகத்தில் குரு உச்சமாக இருந்து அவரது தசை நடப்பவர்கள், இந்த குருபெயர்ச்சியினால் பாதிக்கப்பட மாட்டார்கள். மற்றவர்கள் குருவுக்கும் சனிக்கும் அர்ச்சனை செய்வது நல்லது.

– ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்



மா, தோல், மந்திரம்!

மாம்பழத் தோல், மாங்காய்த் தோல்களை
வீணாக வெளியே எறியாமல், அதனைச் சுத்தமாக
அலம்பி, நறுக்கி, மஞ்சள் தூள் உப்புப் போட்டு வேக
வைத்து வெயிலில் உலர்த்தி, நன்கு உலர்ந்ததும்
மிக்ஸியில் பொடி செய்து கொள்ளவும். குழம்பு
செய்யும் பொழுது ஒரு ஸ்பூன் சேர்த்துக் கொதிக்க
வைக்கவும். மா, தோலின் காரணமாக புதிய ருசி,
மணத்துடன் குழம்பு பிரமாதமாக இருக்கும்.
புளிப்பான மாங்காய்த் தோல் புளியை
மிச்சப்படுத்தும்.

– என். சாந்தா

காஞ்சி தறிகளிலிருந்து நேரடியாக
அண்ணா சாலை ஷோரூம்க்கு....

புத்தம் புதிய டிசைன்கள், புதிதாக குவிக்கப்பட்டுள்ளன. அதுவும் காஞ்சிபுரம் விலைக்கே!

"காஞ்சி கோ-ஆப்பரேட்டிவ் சில்க்ஸ்."

...யுக்க மற்றும் திருமண வைபவங்களுக்குப் பட்டுப் புடவைகள்
...க இனி காஞ்சிபுரம் செல்லத் தேவையில்லை.
...ள் வசதிக்காக காஞ்சீயில் சிறந்த பட்டு கூட்டுறவு சொசைட்டிகளாகிய
...முருகன் பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...திருவள்ளுவர் பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...அறிஞர் அண்ணா பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...வல்லவர் பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...காமாட்சியம்மன் பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...வரதராஜ சுவாமி பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...காஞ்சி பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...டாக்டர் கலைஞர் பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...திருப்புவனம் பட்டு நெசவாளர் கூட்டுறவு சங்கம்
...மற்றும் காஞ்சி, சேலம், ஊர் கூட்டுறவு வளர்ச்சி
...களும் இணைந்து ஓரிடுவல் காஞ்சிபுரம் பட்டு சேலைகள்
...ம் பட்டு வேட்டிகள், காட்டன் சரிகள் விற்பனைக்காக அண்ணா
...லையில் "காஞ்சி கோ-ஆப்பரேட்டிவ் சில்க்ஸ்" ஷோரூமில்
...த்துள்ளனர்.

...ருங்கள். வண்ண, வண்ண பட்டுக் குவியல்களை
...ளிச் செல்லுங்கள்.

...ஞ்சி கோ-ஆப்பரேட்டிவ் சில்க்ஸ்,
...து ஒரு தமிழ்நாடு அரசு நிறுவனம்)
...மிடியார்ஸ் ஷாப்பிங் சென்டர்,
... கட்டிடம் எதிரில்,
... 1, அண்ணா சாலை,
...சென்னை 600 002.

ஜரிகை மற்றும் பட்டு மீதான
விலை சரிவு உங்களுக்கே
அளிக்கப்படுகிறது —
முழுமையாக!

மணமகள் தேவை

★ பிராமணசரணம், கௌதம கோத்ரம், அய்யர், 30, எம்.காம்., உத்திரம், உயரம் 5'.11'', கல்கத்தா பல்கலைக் கழகத்தில் அசிஸ்டென்ட், ரூ. 2500/- நிரந்தர வேலையுள்ள வரனுக்கு குடும்பப் பாங்கான வேலைக்குப் போகும்/போகாத பட்டதாரிப் பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10524

★ வடமாள் நைத்ருவகாசியப கோத்ரம், பி.காம்., பட்டதாரி. அசுவினி, 35, 165, 1300 தனியார் கம்பெனி கடலூரில் நிரந்தர வேலை பார்க்கும் மணமகனுக்கு வேலையில் உள்ள/வேலைக்கு செல்லும் தகுதியுடைய பெண் தேவை. உடனடி திருமணம். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 10582.

★ தமிழ் விஸ்வகர்மா சதயம் வயது 28, 5'.5'' பி.எஸ்ஸி., எம்.பி.ஏ., சென்னையில் தனியார் கம்பெனியில் ரூ. 3500/- பணிபுரியும் வரனுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரி பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 10593.

* Alliance invited from educated home-loving bride for Madras based Kerala Iyer boy with polio affected legs. Haritha, Vathiyama, Makam, 28, 165, 3000, employed as System Analyst in Private Firm. Contactwith horoscope details to Box No.10594.

★ சோழிய வெள்ளாள பிள்ளை, வங்கி அதிகாரி, B.Com., CAIIB, 32, 160 Rs. 6000, மணமகனுக்கு பொருத்த, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம், மற்றும் குடும்ப விவரங்கள் உடனே எழுதவும். பெட்டி எண். 10595

★ வயது 45, கொங்கு வெள்ளாளக் கவுண்டர், அரசு அலுவலர் மாத வருமானம் ரூ. 4000/-, மனைவியை இழந்தவர். இரு குழந்தைகளைத் தான் பெற்றதாக நினைக்கும் 40 வயதிற்குட்பட்ட கோவை, பெரியார் மாவட்ட எளிமையான மணமகள். குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10596

★ இந்து, நாடார், 28, 5'.8'', ரூ. 3000/- டிப்ளமா எலெக்ட்ரிகல் அண்டு எலெக்ட்ரானிக்ஸ் என்ஜினியரிங், மாநில அரசுப் பணி, AMIE படித்துக் கொண்டிருக்கிற, உயர்ந்த குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, ஒழுக்கமான மணமகனுக்கு, குடும்பப் பாங்கான, அழகான, நிறமான, +2 அல்லது பட்டப் படிப்பு, 23 வயதுக்குட்பட்ட பெண் தேவை. பெட்டி எண். 10597

★ வடமாள், ஆத்ரேய கோத்ரம், ஸ்வாதி, 31 வயது, 174 செ.மீ., பி.எஸ்ஸி., தமிழ்நாடு அரசு போக்குவரத்துக் கழகத்தில் அலுவலகப் பணியில் இருக்கும் வரனுக்கு, அதே உட்பிரிவில் படித்த மாற்றல் பெறக் கூடிய வேலையில் உள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண். 10598

* Alliance for Iyer boy, CA, settled in Bombay, own flat, 33, 5'.5'', Bharadwaja, Vadamal, from graduate, employed, unemployed good natured girls, send horoscope with details to Box No.10599

★ பிராமணசரணம், பாரத்வாஜம், 28 வயது, பி.காம்., தனியார் கம்பெனியில் மாத வருமானம் ரூ. 2500/- அசுவினி நட்சத்திரம், ஐயர், பட்டம் படித்த குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 10600

★ ஐயர், பிராமணசரணம், கௌண்டின்யம், அனுஷம், B.Com (Hons), 28, 172, 5000, டெல்லியில் மத்திய சர்க்காரில் வேலை. சொந்த வீடுள்ள வரனுக்கு வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். டெல்லிப் பெண்களுக்கு முன்னுரிமை. பெட்டி எண். 10601

* Suitable alliance for Vadama, Kausika Jyeshta Iyer boy, Dip. IETE; (B.A), working as Junior Customer Engineer reputed computer company, Hyderabad; 29, 165, 2500 + own house; subsects, graduates no bar. Box No.10602

* Tamil Vadama, Palghat Iyer boy Haritha, Poorattadhi, 34, 178, 7000, Officer Nationalised Bank seeks alliance from bank/LIC/GIC/Public sector. Sub-sects no bar. Box No.10603

★ விசாகம் நட்சத்திரம் வல்லபகாசி கோத்ரம். வயது 32 உள்ள குஜராத்தி பிராமண வாலிபன். சொந்த மாக தொழில் (Best ஓட்டல் அவார்டு வாங்கியது) ஓட்டல் நடத்துபவர். மாத வருமானம் ரூ. 5000/- படிப்பு பி.ஏ., மராத்தி, கேரளா ஐயர், தெலுங்கு பிராமின், வடகலை, தென்கலை, ஐயர் விருப்பம் இருந்தால் விண்ணப்பிக்க வேண்டும். பெட்டி எண். 10604

* Vaniar Chettiar, 35, bachelor, good character, slim, professionally qualified, employed at reputed company Rs. 4500/-, seeks slim bride with good qualities and education. Reply Box No. 10605

★ வயது 32, எஸ்.எஸ்.எல்.சி. கைத் தொழில் மூலம் மாதம் 2,000 முதலியார், மணமகனுக்கு வயது 27 க்குள் அழகு, சுமாரான படிப்பு, குண முள்ள மணமகள் தேவை. எம்மதமும் சம்மதம். பெட்டி எண். 10606

★ வடமாள், கௌசிகம், சதயம் 28 வயது, பி.எஸ்ஸி., 5'.9", 2500, ரயில்வே சென்னை வர னுக்கு பட்டதாரி, அழகான 24 வயதுக்குள் பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் முழுவிவரம் அனுப்ப வும். பெட்டி எண். 10607

* Wanted fair, slim, good looking Mudaliar girl for handsome, non-veg. Mudaliar groom, B.Sc., 30, 169, 2900. Well employed in Public Ltd Co., Madras based. Box No.10608

★ பிரஹசரணம், காசியப கோத்ரம், மிருகசீரி ஷம், கோவை எஞ்ஜினியர் வேலை பார்க்கும் 28, 170, 4000 வரனுக்கு வங்கி, எல்ஐசி, மத்திய அரசு வேலையில் (மாற்றத் தகுந்த) உள்ள மண மகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகம், முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10609

★ தஞ்சாவூர் பிரஹசரணம், தேவராஜ கோத்ரம், பூரட்டாதி நட்சத்திரம் மாநில அரசாங்கத்தில் நிரந்தர வேலை, சம்பளம் ரூ. 3000/- உள்ள நல்ல வரனுக்கு அதே குலத்தைச் சார்ந்த மத்திய, மாநில, வங்கி, இன்ஷூரன்ஸ் ஆபிஸில் நிரந் தர பணியில் உள்ள நல்ல மணமகள் தேவை. ஜாதக விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10610

★ சௌராஷ்டிர குலம், மாநில அரசாங்கத்தில் நிரந்தர வேலை, சம்பளம் ரூ. 3000/- உள்ள நல்ல வரனுக்கு அதே குலத்தைச் சார்ந்த மத்திய, மாநில, வங்கி, இன்ஷூரன்ஸ் ஆபிஸில் நிரந் தர பணியில் உள்ள நல்ல மணமகள் தேவை. ஜாதக விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10611

★ +2 வரை படித்த அழகான, சிவப்பான மண மகள் தேவை. எம்மதமும் சம்மதம். கன்னி ராசி, ஹஸ்த நட்சத்திரம், கொங்கு வேளாள கவுண்டர், வயது 30, 1650/-, எம்.ஏ. தனியார் வேலை. ஜாத கத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 10612

★ தமிழ் மாதவா + பிராமின் 25, 180, 3000 B.A. (Corporate). D.S.A., D.P.C.S., கம்ப்யூட்டர் Profes- sional, பிராமின், நல்ல குடும்பத்து பட்டதாரி பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள் ளவும். பெட்டி எண். 10613

* Alliance invited from Madras based employed girls for Goudinya Gothram, Avittam, 5'.5", 36, 1000, Public Ltd Company, Madras. Simple marriage is accepted. Box No.10614

* Representative based Madras, Ayilyam, 31, 5'.11" father Naidu mother Brahmin, both employed, seeks employed Brahmin, Brahmin intercaste vegetarian family girl. Box No.10615

★ 170 செ.மீ., 27 வடகலை ஹரிதம், கோட்டை, சொந்த போட்டோ ஸ்டுடியோ மாதம் வருமானம் ரூ. 1500/- பெற்றோர்கள் நல்ல வேலையிலுள் ளனர். ஆசிரியை பணியிலுள்ள குடும்பப்பாங்கும் அழகுமுள்ள மணமகள் தேவை. எதிர்பார்ப்பு இல்லை. ஜாதகம் மற்றும் விவரங்களுடன் எழுதுக. பெட்டி எண். 10616

* Suitable alliance invited for Tengalai Tamil Iyengar Boy B.Sc., 26, 182, 3000 Govt. employed at Delhi, Bharadwajam, Visakam 1st padam, seeks good looking qualified girl. Box No.10617

* Vadama, Athreya, Punarpoosam, 30, 5'.10", fair boy employed in a reputed private firm, CBE, (Rs. 1500/-) seeks employed good looking girl below 27. Apply to Box No.10618

★ தமிழ் பிராமின் ஐயர், பாரத்வாஜம், பூரட்டாதி, 24, பி.காம்., பெங்களூரில் ஐந்து நட்சத்திர ஹோட்டலில் பணிபுரியும் வரனுக்கு நல்ல வசதி யான இடத்து பெண் தேவை. விரும்பினால் பெண் வீட்டுடன் இருப்பதற்கும் தயார். வேறு ஜாதியினர் ஆனாலும் பரவாயில்லை. பெட்டி எண். 10619

★ அய்யர் வாத்திமாள் ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம், சித் திரை நட்சத்திரம், வயது 34, கும்பகோணத்தில் சொந்தமாக தொழில் செய்யும் மாதம் ரூ. 5000/- வருமானமுள்ள, சென்னையில் சொந்த வீடும் உள்ள டி.எம்.ஈ. படித்த வரனுக்கு நல்ல முறை யில் திருமணம் செய்து கொடுக்கும் பெற்றோர் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண். 10620

* Wanted good looking employed (or) unemployed, graduate (or) other qualification bride for fair, Vadamal, Iyer, Athreya Gothram, Uthram, (B.Com.) own business, above 3000/-, 33 years, 5'.6". Reply with horoscope to Box No.10621

★ பி.காம், வயது 30, 173 செ.மீ., கைத்தொழில், மாநிறம், தேவர், நல்ல குணம் படைத்த உள்ளம் கொண்ட மணமகனுக்கு நல்ல நிறமான, அழ கிய, வசதியான மணமகள் தேவை. இளம் விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம். எம்மதமும்சம்மதம். பெட்டி எண். 10622

* Alliance invited for Muthuraja groom, Uthiradam, 30, 152, 3000, DME, Hosur employed, seeks suitable match from educated homely brides. Reply with horoscope. Box No.10623

★ பிராமண வடமாள் கௌசிக கோத்ரம் மகம் நட்சத்திரம் 30 வயது பி.காம் படித்து Clerk-cum-typist. மாத வருமானம் ரூ. 2100/- Madras Motor Finance & Guarantee Company Ltd., மதராஸில் பணி புரியும் திருச்சியில் சொந்த வீடு. வசதி உள்ள மணமகனுக்கு வேலைக்குப் போகும் படித்த அழகிய மணமகள் தேவை. பெட்டி எண். 10624

★ ஏழை, தாய், தந்தை இறந்த ஆதரவற்ற பெண்ணிற்கு வாழ்வு தர வேண்டும் என்ற லட்சி யம். பம்பாயில் ஏர்லைன்ஸில் நிரந்தர வேலை. எஸ்.வி., +1, 31, 3000 சைவம். இலக்கியத்தில் ஆர்வமுள்ள மணமகனுக்கு குடும்பப்பாங்கான ஏழை, ஆதரவற்ற மணமகள் தேவை. ஜாதி மத பேதமில்லை. பெட்டி எண். 10625

* Saiva Pillai Engineer MS 25, 178 cms, employed doing part-time MBA in USA, seeks PG, Professionally qualifying bride for marriage in 1994. Brief visit India in December. Box No.10626

★ நாட்டார் பர்வதராஜ குலம் Pawn Broker வயது 24, மாத வருமானம் ரூ. 4000/- சென்னையில் சொந்த வியாபாரம் செய்யும் வரனுக்கு படித்த, அழகான நல்ல குடும்பத்தை சேர்ந்த மணமகள் தேவை. முழுமையான குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10627

★ ஸ்ரீவத்ஸ, வடமாள், மிருகசீரிஷம், 28, 161, டி.எம்.ஈ. மத்திய அரசு நிரந்தர உத்தியோகத் தில் சென்னையில் ரூ. 3400/- சம்பாதிக்கும்

வரனுக்கு மத்திய, மாநில அரசு (மாற்றத்தக்க) உத்தியோகத்தில் உள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண். 10628

* Alliance invited from graduate Viswakarma girls for Viswakarma boy DME, 26, 170, 3000, public sector employed. Sub sect no bar. Send details with horoscope immediately to Box No.10629

* Alliance invited for Telugu Brahmin Velanadu boy age 31, Kasyapa Gothram, Krithigai, B.Com., employed as Accountant in a Private Company Rs. 3100/- from Velanadu, Mulakanadu sub sects. Reply with horoscope and family details. Box No.10630

★ வயது 37. மாத வருமானம் ரூ. 4000/- செட்டியார் இனம். கெட்ட பழக்கம் எதுவும் இல்லாதவருக்கு நல்ல சிகப்பு நிறமான பெண் தேவை. குழந்தைகளுடன் கூடிய விதவைகளும், கணவனால் பிரிந்து இருக்கும் பெண்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஜாதி, மதம், எதுவும் பிரச்னை இல்லை. பெட்டி எண். 10631

* Hindu Mukkulathore, Govt. employed bride for Kallar - Thondaman boy State Govt employed 30, 177, 3000. Apply with horoscope to Box No.10632

★ செங்குந்தமுதலியார் இனத்தை சேர்ந்த 31, 158, A.M.I.E., 4000/-, சென்னையில் மத்திய அரசுப்பணியில் உள்ள வரனுக்கு செங்குந்த முதலியார் இனத்தை சேர்ந்த fair, educated, employed in Madras/ transferable to Madras (Central/State/Public) தகுதியுடைய மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 10633

★ ஆர்.சி. வன்னியர், வயது 40 மாநில அரசு திருமணமாகாதவர். விரக்தியுடன் வாழும் இவரை அனுசரித்து விவேக மனப்பான்மையுடன் வாழக் கூடிய வேலையில் உள்ள/இல்லாத பெண் தேவை. குழந்தைகள் இல்லாத ஆதரவற்றோர்/விவாகரத்து பெற்றவர்/விதவைகள் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண். 10634

* Kerala Iyer boy, SSC, 31 years, staying with parents in Kalyan (Bombay), earning decently, Gowthama Gothram, Anusham, invites proposals from employed girls. Horoscope optional. Contact Box No.10636

* Bank employed graduate, Hindu intercaste parentage, only son, fair, 25/168/3000, seeks Bank, Insurance, Government employees. Caste no bar. Reply with horoscope and family details to Box No.10637

* Alliance invited from graduate good looking Iyer girls 30-34 years for Tamil Iyer Vadamal, Bharadwaj, Uthiram, 37 years, B.Sc., 5'.4", 2500/- employed Public Limited Company at Bombay having own accomodation. Reply with full family details and horoscope to Box No.10638

* Alliance invited from Bangalore based good looking employed girls for middle class Iyer boy Kausika, Thiruvonam, Metric, 28, 170, 1500 owning accomodation. Send horoscope and family details to Box No.10639

* Wanted graduate fair good looking domestically well-trained unemployed Iyer girl for Vathima, Haritha Gothram, Kettai Engineer B.E.(Hons.) TNEB, Madras, 31/168/5300. Sub sects no bar. Box No.10640

* Alliance invited from good looking tall employed girl for Tanjore Iyer, Vadamal, Kousika, Miruga-seerusham, 30/6'.3"/3500 employed in a Ltd Company. Send horoscope and details to Box No.10641

★ கந்த சைவ வெள்ளாள அரசாங்க உத்யோகத்தில் இருக்கும் பல் மருத்துவர் பி.டி.எஸ்., வயது 26, அவர்களுக்கு அதே இனத்தைச் சார்ந்த எம்.பி.பி.எஸ்., அல்லது பி.டி.எஸ். பெண் தேவை. குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10642

* Iyer, Brahacharanam, Koundinya, Chithirai, 28/160/5 digit salary, Second Officer HongKong Ship/NRI Status seeks fair (preferably graduate) girl. Contact Box No.10643

* Alliance for Kerala Iyer boy Bombay based, Bharadwajam, Rohini, Public Sector employed 33/160/5000. Reply Box No.10644

★ பலிஜா நாயுடு வயது 29/155/2500, பி.எஸ்ஸி., தனியார் கம்பெனியில் வேலை. நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண் அழகாக பட்டம் படித்து வேலையில் இருக்கும்/இல்லாத வரன். குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். பெட்டி எண். 10645

★ வடமாள், நைத்ருவ காசியப கோத்ரம், சதயம் 34 வயது பி.ஏ. படித்து சென்னையில் பப்ளிக் லிமிடெட் கம்பெனியில் ரூ. 2300/- மாத வருமானம் 6' உயரம். தஞ்சை மாவட்டத்தைச் சேர்ந்த வரனுக்கு வேலை பார்க்கும் பெண் தேவை. பெட்டி எண். 10646

* Brahacharanam Kerala Kousika Gothram, Hastham Doctor Physician 31 years employed in Trust Hospital Rajkot, Gujarat. Seeks suitable Brahmin girl. Doctor with knowledge of Hindi preferred. Reply with horoscope to Box No.10647

★ வடகலை ஐயங்கார், வாதுலம் அஸ்வினி முதல் பாதம் 37/180/6000, பிரைவேட் கம்பெனியில் சேல்ஸ் மேனேஜராக உள்ள வரனுக்கு அரசு/தனியார் (அ) வேலைக்கு போகும் தகுதி உள்ள நல்ல ஐயங்கார் வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 10648

★ இந்து பிள்ளை, வயது 31, 5'.6", பி.காம்., மாநிறம் பெங்களூரில் தனியார் அலுவலக உத்தியோகம். ரூ. 3000/- வரனுக்கு நல்ல தோற்றமும் அழகுமுள்ள நல்ல குடும்ப பட்டதாரி வேலை செய்யும் தகுதி, வயது 23-25 பெண் தேவை. ஜாதி பேதமில்லை. பெட்டி எண். 10649

★ வாணிய செட்டியார், வயது 30 உயரம் 170 செ.மீ. மாத வருமானம் ரூ. 2500/- சொந்த தொழில், உத்திரட்டாதி நட்சத்திரம், +2 படிப்பு கொண்ட மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. பெட்டி எண். 10650

★ இந்து வாணியர், 31, அரசு உதவிபெறும் பள்ளியில் நிரந்தர பணியிலுள்ள PG ஆசிரியருக்கு அதே இனத்தைச் சார்ந்த படித்த/வேலையில் உள்ள 25 வயதுக்கு மேற்படாத மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 10651

* Wanted non-Koundinya bride for innocent divorcee Palghat Iyer, 37, Poorattathi, Bombay Nationalised Bank employee with successful side business. No encumbrances. Girl should be minimum graduate with good looks. Write with horoscope and details to Box No.10652

* Tamil Iyer Vadama, Kausika, Pooradam 28/170/3000 clean habits, Steno Central UP seeks well employed Brahmin girl in transferable position to Varanasi. Sub sect no bar. Simple marriage preferred. Box No.10653

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 75/- தொகையை, 'மங்கையர் மலர்' பெயருக்குச் சென்னையில் மாற்றலாகக் கூடிய MICR டிமாண்ட் டிராப்டாக அனுப்ப வேண்டும். அல்லது மணியார்டர் மூலமாக அனுப்பலாம். போஸ்டல் ஆர்டர் ஒத்துக் கொள்வதில்லை. ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தரவேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் பதில் அனுப்புபவர்கள், 'விளம்பரதாரர், பெட்டி எண் : C/o. மங்கையர் மலர், 47 ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097 என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தனிப்பட்ட எந்தக் கடிதப் போக்குவரத்தும் கிடையாது.

* Alliance invited from non-Naithrabakasyapa, tall, good looking, well educated girls for Vadamal, handsome, ICWA (ACS), Class I Officer in Govt. concern 27/178/6000 with mars in 7th place. Reply with details to Box No.10654

★ இந்தியன் நேவியில் லெஃப்டினன்ட் காமாண்டராக பணிபுரியும், 32/175/9000. மூல நட்சத்திரம், அசைவ வெள்ளாள பிள்ளை வகுப்பு மணமகனுக்கு. ஆங்கிலத்தில் சரளமாக உள்ள அழகான மணமகள் வெள்ளாளர், முதலியார் பிரிவுகளில் தேவை. மற்றவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 10655

* Alliance invited for Poosam, Vadamal, Bharadwaja Gothram, Palghat Iyer boy 37/6'. 2"/2000 from parents of Delhi employed girls reasonably educated, healthy and good looking height 5'.6" and above apply Box No.10656

* Iyengar Naidrubakasyapam Thiruvonam fair healthy young looking smart bachelor 42.6'.2" Bank Officer seeks educated fair good looking healthy pious home loving girl. Reply with horoscope and family details to Box No.10657

★ பி.ஏ. பட்டதாரி பார்வையற்றவர், தெற்கு ரெயில்வே சென்னையில் பணிபுரிகிறார். வயது 28, முதலியார் வகுப்பை சேர்ந்த மணமகனுக்கு படித்த, இரக்க மனப்பான்மையுள்ள மணமகள் தேவை. வெஜிடேரியன் விரும்பத்தக்கது. ஆனால் கட்டாயம் இல்லை. பெட்டி எண். 10660

* Iyer boy Vathimal, Haritha, Krithigai 168, 32, 2500, Private Concern Madras, invites alliance from employed Madras based decent family girl around 25 to 27. Sub sect no bar. Reply with horoscope and family details to D.S. Raman, 6, Hanuman Koil Street, West Mambalam, Madras - 33.

★ 28, 160, 4000 பாங்கில் பணிபுரியும் SC. AD முற்போக்கான எழுத்தாளர் இளைஞருக்கு வேலையில் இருக்கும் பெண் தேவை. ஜாதி, மதம் தடையில்லை. ஜெ.எல். நரசிம்மன், 8/7, கோகுல் பிளாட்ஸ், ஆறாவது அவென்யூ, அசோக் நகர், சென்னை - 600 083.

* Employed non-Kousika girl required for Vadama, Private Sector Madras employed handsome boy 33, 5'.4", Rs. 3000, Mars in 8th Star Ayilyam. Contact : Mrs. Mangalam, 50, Peddunaicken Street, Mint, Madras - 600 079.

* Alliance from employed girl for Kerala; Vadama Brahmin, 31, Aswini Mesham, Kousika Gothram +1, typying higher, working as Receptionist in Lodge, Salary Rs. 1,000/- parents expired, having elder sister married, and one younger brother employed. Expectation decent marriage. Sub sects no bar. Contact Tmt. Usha Subramaniam, Madras - 79. Phone Nos. 588839, 566510.

★ பிரஹசரணம், வாதுல கோத்திரம், 27, 170, 3000 மத்திய அரசாங்கத்தில் (இரயில்வே) பணிபுரியும் மிருகசீரிஷம் (செவ்) மணமகனுக்கு. [illegible], வங்கியில் பணிபுரியும் அழகிய, படித்த, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த ஜாதி மணமகள் தேவை. தொடர்பு கொள்க: ரமேஷ், 332-ஏ, ரயில்வே காலனி, ஈரோடு - 638 002.

★ கவரா நாயுடு, அரசு அதிகாரி 38, 175, 4000 தாரமிழந்த அழகானவருக்கு மணமகள் தேவை. வசதியுள்ள/வேலையிலுள்ள விதவைகள்/மணமாகாதவர்கள் விண்ணப்பிக்கவும். ஜாதி தடையில்லை. ஆர். பரிமளா பாஸ்கரன், 24-சி [illegible] செந்தில் இல்லம், வேர்அவுஸ் எதிரில், பாரதிபுரம், தர்மபுரி - 5.

* Alliance invited for Hyderabad based Vadagalai Iyengar boy 29, 175, 5000 B.Com., L.L.B. own Industry, Athreya Gothram, Vishakam, mutual consent divorce, no encumberances. Graduate below 24 very fair, good looking Iyengar girl. Send horoscope, family background to Rajagopalan, 1-2-332/17 Gagan Mahal Road, Hyderabad - 500 029.

★ அரசு [illegible] டைலர் வேலை வயது 30, படிப்பு எஸ்.எஸ்.எல்.சி. ஜாதி வெள்ளாளர். செவ்வாய் தோஷமுள்ள மணமகனுக்கு இதே இன செவ்வாய்தோஷமுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். சொந்த ஊர் திருவாரூர். தொடர்பு கொள்க: எம். குணசேகரன், பல்லவன் நகர், 23, துளசிங்க முதலி தெரு, திருசூலம், சென்னை - 600 043.

* Alliance for Vadamal, Vadula Swathi, M.Sc. (Zoology) specialised in Icthyology boy 24, 183 cms, employed Madras. Preferred employed girl. Contact T.V.Rajagopalan, Flat No. B/6, RDA Building, near Budapara Electric Office, Raipur, M.P. - 492 001.

* Alliance for Vadama, Vadula, Rohini, MBBS, MS (Ent) final year Sep. 94, boy 26, 180, preferred Doctor/employed girl. Contact T.V. Rajagopalan, Flat No. B/6, RDA Building, near Budapara Electric Office, Raipur. M.P. - 492 001.

* Devanga Kannada Chettiar Central Govt. employed Chengalpattu based B.Sc. (Final), 29, 173, 3100, seeks fair, good looking employed girls. Contact by Post : Victor, Saravana & Co., 26, G.S.T. Road, Chengalpattu.

* Wanted graduate Bank/LIC employed girl for Nationalised Bank employed groom Viswamitra, Vadama, Ayilyam, 30, 165, 4000. Contact with horoscope to S. Jayaraman, 17-B, Tiruvalluvar Nagar, Bharathiar University Post, Coimbatore - 641 046.

* Alliance invited for boy Brahacharanam, Sankruthi, Miruhaseerisham, 27, 170, DTT Technical Staff in Textile Mills, 3500/- doing part-time B.Tech. Write with horoscope and Bio-data to C.V. Ananthasubramanian, 495-496, Housing Unit, Singanallur, Coimbatore - 641 005.

* Alliance invited from employed/unemployed girls Tamil Vadamal families for boy B.Sc., 34, Hastham, Vathula Gothram working UDC in M.P. Govt. Contact: K.C. Shankar, 87, MPEB Pvt. Colony, Bijlinagar, Govindpura, Bhopal - 462 023.

★ சைவம், 37, பி.எஸ்ஸி, 1000/- மாநில அரசில் பணிபுரியும் பையனுக்கு. சென்னையில் பணிபுரியும் பெண் தேவை. சைவ பிள்ளை, செட்டியார், முதலியார் பிரிவுகள் சம்மதம். ஜி. மங்கையர்க்கரசி, 9/3, அம்மன் கோவில் தெரு, வடபழனி, சென்னை - 26.

★ பிரஹசரணம், புனர்வசு ஸ்ரீ முத்கல கோத்ரம், திருமணமாகி உடனே விவாகரத்தான குழந்தை இல்லாத 33, 167, 8000 சென்னை எலக்ட்ரானிக்ஸ் பிரைவேட் கம்பெனி ஜெனரல் மேனேஜருக்கு. தகுந்த படித்த வேலையில் உள்ள/இல்லாத குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ராமனாத வாஜபேயர், 47, கல்யாணராமன் தெரு, கும்பகோணம்.

* Beautiful, employed, well-to-do, graduate bride for educated, civilized, very handsome Assistant Agricultural Officer 163, 26, 2500 non-smoker, teetotaller exemplary character. Horoscope solicited. Shanmugam, 416, Valluvar Nagar, Dharmapuri - 636 705.

★ ஐயர், பிரஹசரணம், பராசர கோத்ரம், திருவோணம் 4ஆம் பாதம், 23.11.1963, உயரம் 5'.7'', Bachelor of Ayurvedic Medicine and Surgery. மாத வருமானம் ரூ. 3000/- மேல், தனியார் ஆயுர்வேத மருத்துவக் கல்லூரியில், சீனியர் லெக்சரர், சென்னை. வரனுக்கு படித்த, பண்புள்ள, லட்சணமான, குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி : S. Varalakshmi, L-42/12, Central Avenue, Korattur, Madras - 600 080.

★ தென்கலை ஐயங்கார், நைத்ருவ காச்யப கோத்ரம், கேட்டை நட்சத்திரம், பூர்வீகம் திருச்சிராப்பள்ளி, ஆசார்யன் திருவெள்ளறை மேலத்திருமாளிகை அப்பன் ஸ்ரீ ஸ்ரீனிவாஸசாரியார் ஸ்வாமிகள். 31, 167, M.Com., MBA., LLB., D.Ex. M.M., ஹைதராபாத்தில் Tax Consultant ஆக பணிபுரியும் எமது பையனுக்கு மிக நன்றாக படித்த, அன்பும், பண்புமுள்ள, லட்சணமான, குடும்பப்பாங்கான தென்கலை ஐயங்கார் மணமகள் தேவை. எங்களது பெரிய குடும்பம், கூட்டு குடும்பத்தில் வசிக்க விரும்புகிறவர்கள் மட்டும் விண்ணப்பிக்கவும். பெண் வேலைக்கு போக விரும்பினால் தாராளமாக போகலாம். பையன்/எங்களுக்கு ஆட்சேபணையில்லை. ஜாதகம் அவசியம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் உடனே தொடர்பு கொள்ளவும். T.R. Satyamurthy, Plot No. 39, Mangapuram Colony, Meerpet, I.E. Moula-Ali P.O. Hyderabad - 500 040.

★ அஷ்டஸகஸ்ரம், பவுர்குத்ஸ கோத்ரம், உத்திரட்டாதி, 26, 169, 2800 அரசாங்க உத்தியோகத்தில் உள்ள பிராமண பையனுக்கு, பட்டம் பெற்று, உத்தியோகத்தில் உள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். வி. சிவகுமாரன், 66/11 தென் மேற்கு போக் சாலை (மோகன் அபார்ட்மெண்ட்) தி.நகர், சென்னை - 600 017.

* Alliance for Palghat Iyer Vadama Athreyam Hastham 39/170/5000/- Inter Science passed, Telecom Engineer Services Exam Qualified, Junior Engineer, Bombay Telephones, from Iyer girls within 34, employed, transferable or career oriented experienced. Details to : Ananthasivan, A2/G2, Paradise Co-Op. Hsg. Soc. Ltd, Dewan Man, Navyugnagar, Bassein Road (West) - 401 202. Dis : Thane (Maharashtra).

மணமகன் தேவை

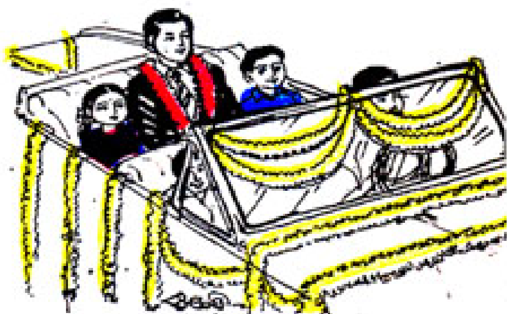
* Wanted alliance for Bharadwaja Gothram, Madhwa girl star Aswini age 26 yrs. B.A., employed in LIC, height 5'.1" Marathi speaking. Sub sect in Madhwa Brahmin no bar. Box No.20555

* Wanted Sowrashtra groom below 30 years having permanent job in Public Sector/Reputed Firms for a graduate girl aged 22 (also qualified in typing & shorthand). Send horoscope with bio-data to Box No.20556

★ நைத்ருவ காச்யப கோத்ரம் வடமாள் ஐயர் பெண்ணின் வயது 30, உயரம் 150 செ.மீ., குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு நல்ல வரன் தேவை. No dowry, decent marriage. பெட்டி எண். 20557

★ வன்னிய குல க்ஷத்திரியர் பம்பாயில் பி.காம். படித்த வயது 23, 5'.3'' பெண்ணுக்கு நல்ல அந்தஸ்தில் வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. பம்பாய் வரனாக இருந்தால் மிகவும் நல்லது. பெட்டி எண். 20558

* Delhi based well settled understanding, sincere South Indian Brahmin groom upto 49, for fair pretty petite affectionate compassionate Tamilian Iyer Mazhanadu, Brahacharanam, Kausika, Swathi spinster 42 highly qualified class one officer, Delhi. 145 cms slightly diabetic. Respectable family. Meritorious widowers/divorcees with/without issue considered. Write with horoscope, bio-data to Box No.20559



பெண்களுக்கு முழுசுதந்திரம் ப்ரீதியினாலே



எல்லா விதமான சமையலுக்கும்,
கடினமானதையும் அரைக்கவோ,
பொடி செய்யவோ, அதி நவீன
550 வாட் மோட்டர், 3
ஸ்டெயின்லஸ் ஸ்டீல் ஜாடிகள்
கொண்டது ப்ரீதி. தோசை மாவு
முதல் கொத்துக்கறி வரை
அனைத்துக்கும் சிறந்தது ப்ரீதி.

சமையல் தவிர மற்ற
வேலைகளையும் கவனிக்க
நேரமளிக்கிறது ப்ரீதி.



550 வாட் 30 நிமிடம்

Preethi
XL7

TAS Vision ● 232

இல்லத்தரசியின் இனிய தோழி

2 வருட உத்திரவாதம் ஆயுட்கால இலவச சர்வீஸ்



ஸ்தாபிதம் : 1986 போன் : 8250770



ஸ்ரீமதி சிட்பண்ட்ஸ் (பிரைவேட்) லிமிடெட்.

பதிவு அலுவலகம் :
34-B, நுங்கம்பாக்கம் நெடுஞ்சாலை, நுங்கம்பாக்கம்,
சென்னை — 600 034.

மத்திய சீட்டு நிதி சட்ட விதிகளின்படி நடத்தப்பட்டு வரும் நிறுவனம்.

எங்களது சேவையில் உங்கள் வரவேற்பினை பெற்றுள்ள சீட்டு குரூப்புகள்.

குரூப்	மாதங்கள்	சந்தா	சீட்டு மொத்த மதிப்பு	ஊக்க பரிசு வெள்ளிக்காசு
SL	50	2000	100000	40gm
SJ	50	1000	50000	20gm
VR	50	600	30000	15gm
SA	40	500	20000	10gm
SB	40	250	10000	5gm
SC	40	125	5000	3gm
SK	25	1000	25000	15gm
SI	30	500	15000	10gm
SF	25	400	10000	5gm
SS	25	200	5000	3gm

* நுழைவுக் கட்டணம் தனி
* சீட்டு விபரங்களுக்கு கம்பெனி விலாசத்துக்கு எழுதவும்.
* சீட்டுக்களில் சேர்த்துக் கொள்வது சீட்டு நிதி சட்ட விதிகளின் படி செயல்படுத்தப்படும்.
* சீட்டு மனுக்களை, ஒப்புதல் செய்வதும் மறுப்பதும் போர்மேனின் அதிகாரத்துக்கு உட்பட்டது.

நிர்வாகஸ்தர்கள் :

சுரேஷ் மல் துகார்,	சேர்மன்.
திலீப் பண்டாரி,	மானேஜிங் டைரக்டர்.
P. கிருஷ்ணமூர்த்தி,	எக்ஸிக்யூடிவ் டைரக்டர்.
M.R. ராமகிருஷ்ணன்,	டைரக்டர்.

* Alliance for Tamil Iyer girl Brahacharanam, Kausika, Sathayam 33 post graduate 170 cms, very fair well accomplished. Write with horoscope to Box No.20560

* Alliance for Kausika, Kettai, 34 Tamil Brahacharanam Iyer girl graduate 163 cms Yoga & Teacher's training qualified. Write to Box No.20561

* Alliance from well educated and settled Iyer boys for girl, Miruhaseerusham, B.Com., DCM, 26, 5'.2" employed in Public Ltd. Co., salary 2000/-, Atreya, Brahacharanam. Send horoscope with details to Box No.20562

★ சோழிய வெள்ளாளர் இனத்தைச் சேர்ந்த 23 வயது. 5'.1" பணியில் உள்ள பட்டதாரிப் பெண்ணுக்கு திருச்சியில் அரசு/தனியார் துறையில் ஆபீஸர்/இன்ஜினியராகப் பணிபுரியும் கிராஜுவேட்/போஸ்ட் கிராஜுவேட் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண். 20563

* Nair girl 32/150/3000 Post graduate teacher, fair, beautiful, young looking, star Chothi Raghu Chevva eighth house native Tellicherry. Parents settled Trichy, groom based Trichy better decent marriage, well educated boys from decent family. Reply with horoscope and family details to Box No.20564

★ வடமாள் ஹரித கோத்ரம், புனர்பூசம் 4ஆம் பாதம் வயது 23, 5'.4" பி.எஸ்ஸி(கணிதம்). டெல்லியில் மத்திய அரசில் அரசு குடியிருப்புடன் பணிபுரியும் மணமகளுக்கு டெல்லியில் மத்திய/வங்கி/பொது துறையில் பணிபுரியும் பரந்த மனமும் பண்பும், குணமும் வாழ்க்கையை குறிக்கோளாக கொண்ட பட்டதாரி மணமகன் தேவை. பெட்டி எண். 20565

* Alliance invited for Sourashtra girl 38 employed Central Govt. Madras. from same caste age 40-42, Govt. Service/Reputed Private Company. Send horoscope with full details to Box No.20566

★ கள்ளர் மாதவ பெண் 28 வயது காசியப கோத்ரம் 150 செ.மீ. உயரம் பி.எஸ்ஸி., தனியார் கம்பெனியில் வேலை மாதவ கள்ளர் பட்டதாரி வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் மணமகனது வேலை, வயது விவரங்கள் தெரிவிக்கவும். பெட்டி எண். 20567

* Alliance invited for innocent divorcee, Srivatsa Gothram, Vadama, Uthiradam 36, 160 graduate fair complexion girl from Brahmin groom upto 45 years. Widowers/divorcee without encumbrances no bar. Box No.20568

* Alliance for Iyengar widow 29 B.Sc., M.Ed., State Govt employed transferable with 4 years daughter from well settled kind understanding Brahmin grooms widower/divorces with or without encumberance also applicable. Box No.20569

★ விவாகரத்தான, குழந்தை இல்லாத எம்.எஸ்.ஸி., தட்டெழுத்து படித்த பிரஹசரணம், காசியப கோத்ரம் ஹஸ்த நட்சத்திரம் 40/160 பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் இருக்கும் வரன் தேவை. மனைவியை இழந்தவர்/விவாகரத்தானவர் ஜாதகம் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண். 20570

★ வெள்ளாள இன மணமகள் தேவை. சோழிய வெள்ளாள மத்திய அரசு ஆபீஸின் அழகிய, பட்டதாரிப் பெண்ணிற்கு 24, 155, Central/State Govt./Ledureres. வசதியான Businessman வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண். 20571

* Alliance invited from decently employed preferably Bombay based Thevar boys around 27 for good looking 21, 5'.3" B.A., Eng.Lit., Veeramudi Thakinar Kilai Thevar girl. Box No.20572

★ தென்கலை, கௌசிக கோத்ரம், ரோகிணி, 24, 160, B. Com.. Type both higher. செவ்வாய் தோஷமற்ற, வேலைக்குச் செல்லாத வரனுக்கு அரசு, வங்கி, எல்.ஐ.சி., தனியார் துறையில் வேலை பார்க்கும் தகுந்த வரன் தேவை. வடகலை சம்மதம். பெட்டி எண். 20573

* Vadakalai Iyengar, Poorattathi, Kousika Gothram, 9-6-1958, employed in Local Typewriting Insitutue as Instructor Seeking suitable alliance with permanent employment either in private firm or in Government Service. Box No.20574

★ வடகலை, ஆத்ரேயம், 31 வயதுள்ள கிராஜுவேட் படித்து தற்போது ஸ்டெனோகிராபர் ஆக தற்காலிகமாக வேலையில் உள்ள பெண்ணிற்குத் தகுந்த அரசாங்கம் அல்லது வேறு நல்ல வேலையில் உள்ள வரன்கள் தேவை. தென்கலையும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 20575

* Alliance invited for Telugu, Mulakanadu, Brahmin girl Bharani, 23, M.Sc., 155, from well qualified, decently employed bridegroom. Reply Box No.20576

* Alliance for Palghat Iyer girl, Bharadwajam, Vadamal 35 yrs. 4'.6" light brown colour matric non working well versed in houshold work obedient, decent family. Horoscope not essential. Reply with boy's details to Box No.20577

★ இந்து. வாணியர் செட்டியார், பி.எஸ்ஸி., 23, வணிகவரித் துறையில் வேலை பார்க்கும், மாநிறமுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு. அதே இனத்தில் அரசுப் பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. கோத்ரம் அரகண்டமகரிஷி. பூரம். பெட்டி எண். 20579

* Alliance invited from well settled suitable match for Senguntha Mudaliar girl 30, 151, B.Sc., DCM - Adv D, base. Apply with horoscope, bio-data to Box No.20580

★ வடமாள் ஸ்ரீவத்ஸம் உத்திரம் 1 ஆம் பாதம் எம்.காம்., 32, 4'.9" சிவப்பு நிறம். இடது கால் போலியோவினால் பாதிப்பு ஏற்பட்டு கால் பார்க்க சரியாக உள்ளது. தன் வேலைகளையும் வீட்டு வேலைகளையும் செய்வாள். மனிதாபிமானமுள்ள நல்ல வேலையிலுள்ள பரந்த வரன் தேவை. பெட்டி எண். 20581



★ பெண் வயது 36, மாநிறம், 5 அடி உயரம். PUC, failed. குடும்பப்பாங்கான பெண். வரன் தேவை. இளம் சைவ வேளாளர். திருநெல்வேலி பிள்ளைமார். பாலக்காட்டில் குடியேறி அதிக வருடங்களாகின. தாரம் இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். நடுத்தர குடும்பம். சீர் வரிசை அதிகமாக எதிர்பார்க்க வேண்டாம். நல்ல குடும்பம் நடத்த, பண்புள்ள நல்ல பெண் தேவை என்று கருத்துடையவர்கட்குப் பொருத்தமாக இருப்பாள். பெட்டி எண். 20582

★ வடமாள் கௌசிக கோத்ரம் திருவாதிரை எம்.பி.ஏ. வயது 25, உயரம் 5'.3'' நல்ல குடும்பப் பெண்ணிற்கு (விவாகரத்தானவர்) PG படித்த நல்ல வேலையில் உள்ள ஐயர்/ஐயங்கார் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண். 20584

* Alliance invited from professional, well employed decent family boy for Nadar working girl 27, M.Sc., M.Phil., P.G.D.C.A. (Computer). Box No.20586

★ நம்பியார், 27 வயது, 5 அடி 4 அங்குலம் உயரம், பி.எஸ்ஸி, பி.எட்., டைப்ரைட்டிங் லோயர், ஹையர் பாஸ், மாநிறம், உத்திராட்டாதி, நட்சத்திரம் அமைந்த மணமகளுக்கு, நம்பியார், நாயர் அல்லது மேனன் பிரிவைச் சேர்ந்த பொருத்தமான படிப்பு மற்றும் கைதொழில் அல்லது அரசு வேலையில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண். 20587

★ சோழிய வேளாளர், வயது 22, பூரம், பி.காம்., பட்டதாரி. மத்திய அரசு, டில்லியில் சுருக்கெழுத்தராகப் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு. இதே இனத்திலோ அல்லது முற்பட்ட வகுப்பிலோ 30 வயதிற்குட்பட்ட, டில்லியில், மத்திய அரசில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண். 20588

★ ஷடமர்ஷண கோத்ரம், பிரஹசரணம், ஹஸ்தம், அங்கார் செவ்வாய் தோஷமுள்ள 25, 5'.4'' உள்ள B.Com (Hons). படித்த நல்ல நிறமுள்ள அழகான பெண்ணுக்கு, 30-32 வயதுக்குள் இருக்கும் படித்த வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. விவரங்கள், ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். வடமாள் சம்மதம். பெட்டி எண். 20589

* Telugu Brahmin Srivatsa, Punerpoosam, M.Com, 150 cms, 29, 4000 working Indian Airlines Madras. Slight deeformity in right foot. Invite suitable alliance Govt, Bank, PSU from South Indian Brahmins. Immediate, decent marriage. Box No.20590

★ சௌராஷ்டிரா, வயது 26, மூல நட்சத்திரம், செவ்வாய் தோஷம். பட்டதாரி, டைப்ரைட்டிங், சுருக்கெழுத்து படித்து. கோவையில் தனியார் கம்பெனியில் நிரந்தர வேலையிலுள்ள பெண்ணிற்கு அரசாங்க, தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் சௌராஷ்டிரா மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 20591

* Alliance invited for Iyer Brahacharanam medium complexion girl, Koundinyam 21, 150 cms, Avittam B.Com., studying M.Com., from well employed preferably North based boys. Sub sect no bar. Contact with horoscope to Box No.20592

★ வடமாள் கௌண்டின்யம் பரணி 23 வயது 157 செ.மீ. எம்.எஸ்ஸி., படித்துள்ள பெண்ணுக்கு நல்ல குடும்பத்தை சார்ந்த சமபடிப்புள்ள சாந்த குணம் நிரம்பிய பிராமின் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். கோயம்புத்தூர் மணமகன் முதலிடம். ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 20593

* Alliance invited for Koundinya, Mulaganadu, Telugu Brahmin graduate bride 39 years, employed as bank officer in Bombay, transferable to cities from decently employed graduate boy of any Telugu sub sect. Box No.20594

* Alliance invited for fair, Telugu Brahmin, Velanadu girl, Mirugaseerusham, Haridasa Gothram, SSLC, 26 employed. Well employed boys below 35, sub sect acceptable. Send horoscope with full details to Box No. 20595

★ முதலியார் வன்னியர் தம்பதியினரின் மகளுக்கு தகுந்த வரன் தேவை, வயது 35 படிப்பு எஸ்.எஸ்.எல்.சி., தட்டெழுத்து ஆங்கிலம், தமிழ் தேர்வு. பணியில் இல்லை. அழகானவள், வீட்டு வேலைகள் அறிந்தவள், மெலிந்தவள். 147 செ.மீ. உயரம். சாதி தடையில்லை, மனைவி இழந்தவர்களும், விவாகரத்து பெற்றவர்களும் குழந்தை இல்லாதிருந்தால் அணுகவும். பெட்டி எண். 20596

★ மாத்வா தேஷஸ்தா, பாரத்வாஜ கோத்ரம், விசாகம் மூன்றாம் பாதம் வயது 33, சிகப்பு, உயரம் 5'.3'', B.Sc.,(Maths), B.Ed., படித்த பெண்ணுக்கு அதே இனத்தில் தகுந்த வரன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகம் விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண். 20597

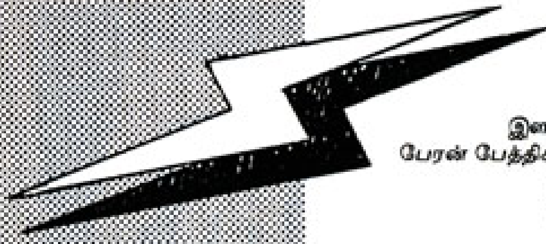
★ கொடிக்கால் வேளாளர் ஆர்.சி. கிறிஸ்தவ டீச்சர் வேலை பார்க்கும் 5'.5'' அடி உயர அழகிய பெண்ணுக்கு. அதே இனத்தில் பரமக்குடி மற்றும் அருகாமையில் நல்ல வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. தகப்பனார் கெஜட்டட் ஆபிசர், தாயார் டீச்சர் பணியில் உள்ளார். பெட்டி எண். 20599

★ வடமாள்-கௌசிக கோத்ரம், ரோகிணி நட்சத்திரம், வயது 22, 154 செ.மீ., செகண்டரி கிரேடு டீச்சர் மாதம் ரூ. 2000/- மேல் உள்ள மணமகளுக்கு தமிழ்நாடு ஸ்டேட் கவர்ன்மெண்டு வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. ஸ்கூல் வாத்தியாராக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. பெட்டி எண். 20600

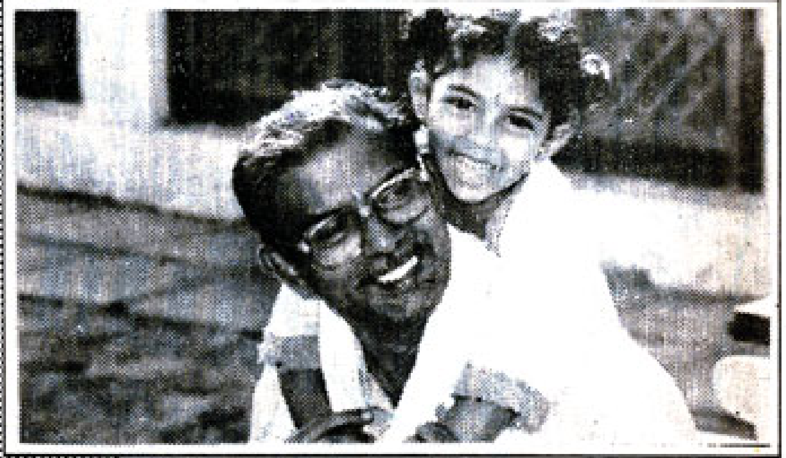
* Alliance invited for a Keralite Iyer girl Vadamal, Kashyapa, Bharani 27, 5'.5"slim graduate employed and well accomplished from well employed boys. Sub sects acceptable. Horoscope optional. Reply to Box No .20601

★ தெலுங்கு தேவாங்கர் 23 வயது எம்.எஸ்ஸி., பி.எட்., 160 செ.மீ. மூல நட்சத்திரம் 2 ம் பாதம்





இளங்காலைப் பொழுதில் நடக்கப் பிடிக்கும்...
பேரன் பேத்திகளுடன் கொஞ்சி விளையாடப் பிடிக்கும்...
பழைய நண்பர்களுடன் பேசப் பிடிக்கும்...
தெரு முனையில் உள்ள கோவில் பிடிக்கும்
மற்றும்...



சுவலையின்றி பணத்தை "பவர்பின்"னில் முதலீடு செய்யப் பிடிக்கும்!

என் போன்றவர்களுக்குத் தெரியும் பணத்தின் அருமை. அதனால்தான் மனநிம்மதியோடு முதலீடு செய்ய "பவர்பின்"னை தேர்வு செய்கிறோம். "பவர்பின்" ஒன்றால்தான் கூடுதல் பாதுகாப்பையும் இணையற்ற வளர்ச்சியையும் அளிக்க முடியும்.

"பவர்பின்" வழங்கும் 2 முத்தான முதலீட்டுத் திட்டங்கள்:
ரிப்ஸ் — நிலையான வருவாய் திட்டம். **14.16%** வட்டி ஈட்டித்தரும்.

சிப்ஸ் I & II - வட்டி மறு முதலீட்டுத் திட்டம். **20.12%** வரை வட்டி ஈட்டித்தரும்.

தனி நபர்களுக்கும், ஓய்வு பெற்றவர்களுக்கும் மற்றும் தர்ம ஸ்தாபனங்களுக்கும் "பவர்பின்" ஒரு வரப்பிரசாதம். (வருமான வரிச் சட்டம் விதி II (5) VII பிரிவின் கீழ் வட்டிக்கு வருமானவரி விலக்கு உண்டு)
(பிரிவு "80-L"ன் கீழ் வருமான வரிச்சலுகையும் உண்டு)



மேலும் விபரங்களுக்கும், விண்ணப்பப் படிவங்களுக்கும் தொடர்பு கொள்க:
தமிழ்நாடு மின்விசை நிதி மற்றும் அடிப்படை வசதி மேம்பாட்டு நிறுவனம்.
(தமிழ்நாடு அரசு நிறுவனம்)
84, டி.டி.கே. சாலை, ஆழ்வார்பேட்டை,
சென்னை-600 018. (ஆழ்வார்பேட்டை சிக்னல் அருகில்)
தொ.பே: 457989

பவர்பின் - மனநிம்மதி தரும் ஒரு முதலீட்டு வாய்ப்பு!

(6.8.93 அன்று 'நியூஸ் டுடே' தினசரியில் வெளிவந்த விளம்பரத்தின் தொடர்ச்சி.)

படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு மத்திய, மாநில, அரசு, வங்கி ஆசிரியர், சொந்த தொழில் உள்ள அதே குல மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண். 20602

★ தமிழ் ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், கௌசிக கோத்ரம். சதயம் 26, 5'.1'' மாதம் ரூ. 1000/- சம்பளம், பி.காம்., சிவந்த நிறமுடைய தனியார் நிறுவனத்தில் Steno வாக வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு அரசாங்கம், வங்கி, எல்.ஐ.சியில் வேலை பார்க்கும் பட்டதாரி மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண். 20603

★ சோழிய வெள்ளாளர் (சைவம்) பரணி நட்சத்திரம் 7 ல் செவ்வாய் உள்ள மாநிறம், 24, 160, எம்.காம்., பெண்ணிற்கு அதே இனத்தை சேர்ந்த B.E./Postgraduate படித்த அரசுதுறை, வங்கியில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 20604

★ தேசிகர் சைவம், பரணி, B.Com., DCA, 27, 160, 3000/-, மாநிறம், எல்.ஐ.சியில் பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு அதே இனத்தை சார்ந்த மத்திய, மாநில அரசில் வேலையிலிருக்கும் பட்டதாரி வரன் தேவை. பெட்டி எண். 20605

* Kerala Iyer senior retired State Officer invite alliance from Bombay based Iyer grooms of humane disposition for his second daughter class II Officer Bombay, 24/155, fair, slim, 3700/-, Athreya, Moolam chevva dosham. Simple marriage. Please write to Box No.20606

* Alliance invited from non-Bharadwaj Iyengar boys, divorcees, widowers without encumbrances for graduate girl, 38, employed, wheatish complexion, domestically-trained, interested in carnatic music, having lost one eye at birth, otherwise normal. Apply Box No.20607

* Alliance Kerala Iyer Vadama girl employed Kashyapa, Poosam first padam, one dosham, B.Com., 24, 165 cms fair beautiful, from, qualified teetotaller non orthodox God fearing boys below 30, decent salary, no dowry, apply Box No.20608

★ சௌராஷ்டிர ராசபந்னியா கோத்திரம் மகம், 24, 4'.10'', ஐ.டி.ஐ (சிவில்) ரூ. 2400/- மாநில அரசு பணி பெண்ணிற்கு சென்னையில் அரசுபணி, சுய தொழில் புரியும் அதே இனத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண். 20609

* Alliance for Brahmin Smartha Kannada Girl B.A./ 165 cms/32/2000/-. Nithruba Kasyapa employed in Tamilnadu Govt. Sub sect acceptable. Box No. 20610

★ சூழ்நிலையால் குடும்பத்தைப் பிரிந்து இப்போது நல்லதொரு குடும்பத்தில் அடைக்கலமாக வாழ்ந்து கொண்டிருக்கும் நேர்மையான, உழைக்கும் திறன் கொண்ட 24 வயது பெண்ணிற்கு பரந்த மனப்பான்மை கொண்ட இந்து மணமகன் தேவை. ஜாதி பேதமில்லை. பெட்டி எண். 20611

* Wanted qualified well settled Iyengar boy for B.Sc., M.A. (Social Dynamics) M.Phil., studying 23/165 cms Koundinya, Pooradam smart girl with good family background. Send horoscope with bio-data to Box No. 20612

★ ஐயர் அஷ்டசஹஸ்ரம், பாரத்வாஜ கோத்ரம், பரணி, வயது 31 திருவனந்தபுரத்தில் தேசிய வங்கியில் வேலையில் உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண். 20613

★ ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், பொனகுதல்ல கோத்திரம், பூரம், வயது 24, 5'.5'', பி. காம்., ஹிந்தி பிரவீண், நாட்டியத்தில் விஷாரத் - ஹிந்தி தமிழ். ஆங்கிலம் பாஸ் செய்த குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல உத்தியோகம்/தொழிலில் உள்ள வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 20614

★ தென்கலை, ஸ்ரீவைஷ்ணவ, கேட்டை (2 ம் பாதம்) 25 வயது (26.1.1968) +2 பாஸ் செய்த (எம்.ஏ. தபாலில் படித்து வருகிற) சிவப்பு, அழகான குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு தெய்வ பக்தியும், நல்ல குணமும் உள்ள அரசு, எல்.ஐ.சி., வங்கி, காலேஜ், ஸ்கூலில் பணிபுரியும் வரன் தேவை. பெட்டி எண். 20615

* Alliance invited from decently employed with good family background settled in either Bombay/Madras for Vadamal Koundinya, Uthirattathi, 26/5'.2''/3000 not so fairly complexioned B.Com., employed Bombay girl. Box No.20616

* Alliance invited from preferably Bombay based boys for Tamil Iyer Vadama Koundinya, Swathi 37, B.Sc., Insurance employed girl having quarter at Bombay. Box No. 20617

* Alliance invited for Tamil Brahmin girl, 30 employed in Bangalore, lost husband within five months. No uncumberance. Box No.20618

* Wanted Iyengar groom for Koundinya, Vadagalai, 28 years, 5'.3", fair, M.A.(music), slim, beautiful bride employed as a teacher in a Private School. Apply with full details to Box No.20619

★ சைவ பிள்ளை அரசாங்க வேலை மாத சம்பளம் ரூ. 3500/- வயது 36. அரசாங்க நல்ல வேலையிலுள்ள 43 வயதுக்குட்பட்ட கெட்ட பழக்கவழக்கங்கள் இல்லாத சைவ மணமகன் தேவை. ஜாதி மதம் பேதமில்லை. பெட்டி எண். 20620

* Alliance from Iyengar professionals below 30, for Thengalai, Athreya Gothram, fair girl. Vadagalai acceptable. Srinivasan, P. O. 7305, Dubai, U.A.E. Fax: 381507

★ ஐயர், காஸ்யப கோத்திரம், உத்திரம், 24 வயது, நல்ல நிறம், 5'.4'' எஸ்.எஸ்.எல்.சி., படித்த வீட்டு வேலைகளில் தேர்ச்சியுள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு வரன் தேவை. ராமகிருஷ்ணன், 13/22, W.E.A., Karol Bagh, New Delhi - 5.

* Parents of Gajulu Balija Naidu girl B.Sc., M.A/23/162/Hastham fair well brought-up seek marriage proposals from qualified Bank/Railways/ Engineer, other decent permanent employed of same caste. Contact : N.P. Thulasidass, 4-B, Street 40, Sector - 5, Bhilai - 490 006.

★ ஆதி சைவசிவா, சிதம்பர கோத்ரம், விசாகம் 4 ஆம் பாதம் வயது 25, படிப்பு - 8, உயரம் 5'.3'' குடும்பப்பாங்கான மணமகளுக்கு அரசு, வியாபாரம் இதே இனத்தில் தகுதியுள்ள மணமகன் தேவை. முகவரி: N.D. Sridhar, 24, Sundara Iyer St., Stuartpet, Arakkonam - 1.

★ சதயம், கௌசிகம், வடமாள், பிராமணர் 27 வயது, 160 செ.மீ. உயரம் மாநிறம், +2 படித்த பெண்ணிற்கு அதே வகுப்பை சேர்ந்த மணமகன்

தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்பு: எஸ். கிருஷ்ணமூர்த்தி, 51, 6வது தெரு, டி.வி.எஸ். நகர், பாடி, சென்னை - 600 050.

* Alliance invited for Iyer girl M.Com., Diploma in computer, Shadamarshana, Brahacharanam, Bharani, age 26, sevvai at 12. Sub caste no bar. Employed in Private Firm. Reply to K.S. Venkatachalam, Qr. No. 499, Zone 1, P.O. Bhilai Marshalling Yard, Durg - 490 025. (M.P.)

* Alliance invited from Kerala Iyer boys for Kerala Iyer girl, SSC 38/5'.3" Srivatsam, Anusham. Contact: Ramachandran, 6/267, Vijayananda, Sion (East), Bombay - 400 022.

★ கம்மவார் நாயுடு, 27, 5'.1'', பி.எஸ். அவிட்டம் சென்னையில் வக்கீலாக பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு நன்கு படித்த நல்ல வேலையிலுள்ள பண்புள்ள மற்றும் பெண் கட்டாயம் வேலைக்குப் போக வேண்டும் என எதிர்பார்க்காத மணமகன் தேவை. முகவரி: ராஜகோபால், 533, 4வது செக்டர், 20வது தெரு, கே.கே.நகர், சென்னை - 78. போன் : 4834286.

* Wanted for Tamil Vadama Iyer Visakam Srivatsa 24/157 cms girl doing M.A., B.Ed., a suitable match, sect no bar. Contact : Srinivasan, 415, East Third Street, Pudukkottai - 622 001.

★ வயது 25, +2, பெண் ரோஹிணி நட்சத்திரம், நிரந்தர வருமானம் உள்ள மணமகன் தேவை. அணுகவும் : இராஜகோபாலன், எக்ஸ்ரே பிரிவு ஜி.எச்., சென்னை - 3. போன்: 403033 (6 pm to 9 pm)

அகமுடைய முதலியார் மணமகன் தேவை.

★ ஐயர் வடமாள் காசியப கோத்ரம் 27, 5'.1'', பி.காம். பெண்ணுக்கு சொந்த தொழில். அரசு வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். முகவரி : K.S. Mani, 2/180, Balaji Nagar, Cuddapah - 516 003 (A.P.)

★ ஐயர், பிரஹசரணம், ஆத்ரேய சித்திரை. 32, 5'.5'' +2 நல்ல அழகான குடும்பப்பாங்கான வேலைக்குச் செல்லாத பெண்ணுக்கு, நல்ல வேலையில் இருக்கும் மாநில அரசு, பிரைவேட் லிமிடெட், நல்ல பிஸினெஸில் இருக்கும் 38 வயதுக்குட்பட்ட வரன் தேவை. ஜாதகம் அனுப்பவும். முகவரி : எஸ். வெங்கட்ராமன், எண். 6, கிருஷ்ணசாமி தெரு, கணபதிபுரம், குரோம்பேட்டை, சென்னை - 44.

* Alliance invited for Brahacharanam Koundinya Gothram, Kettai, 22/167/2600 Railways, fair graduate girl from Delhi based boys upto 28, well qualified and well employed in Govt/PSUS/Banks. Contact : R.H.S. Iyer, C4C/12, Janakpuri, New Delhi - 110 058.

★ இந்து, தமிழ் விஸ்வகர்மா, திருவோணம், 25, 160 செ.மீ. பி.காம். படித்த செவ்வாய் தோஷமுள்ள பெண்ணிற்கு செவ்வாய் தோஷமுள்ள, டிகிரி, டிப்ளோமா படித்த நிரந்தர வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : கே. தெட்சிணாமூர்த்தி, ஏ-2/396, டவுன்ஷிப், கைலாசபுரம், திருச்சி - 14.

* Alliance for Vadamal, Haritha, Chathayam 33/5'.1" employed graduate girl working in Madras, well employed boys with chevva dosham, subsect acceptable. Reply with Bio-data to P.H. Lakshmy, 12, Nallathambi Street, Triplicane, Madras - 600 005.

* Alliance invited from handsome youth between 32-35 for respectable good looking Mudaliar girl BA/30/155 cms. Contact : N. Kannan, 1 - Aspiran Garden, 1st Street, Kilpauk, Madras - 600 010. Phone 8284049, 8275233.

★ ஐயர், வடமாள், விசுவாமித்ர கோத்ரம், சுவாதி நட்சத்திரம், +2, டைப்ரைட்டிங் ஆங்கிலம் மற்றும் தமிழ் ஹையர் தேறிய, தனியார் அலுவலகத்தில் பணியாற்றி வரும் 28 வயதான, தெய்வ பக்தியுள்ள, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு நல்ல வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். முகவரி : பி.ஆர். பரமேஸ்வரன், சி-2/16, மோகன் நகர், சேலம் - 636 030.

★ சோழிய வேளாளர்/பிள்ளைமார், கெழுதி பட்டினம், செவ்வாய்தோஷம், உயரம் 146 செ.மீ., பிறந்த தேதி 19.8.65, கிருத்திகை நட்சத்திரம், B.A. Economics, PGDCM., படித்து ஒரு ஃபைனான்ஸ் கம்பெனியில் கம்ப்யூட்டர் ஆபரேட்டராக வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு தகுந்த, நிரந்தர பணியிலுள்ள மணமகன் தேவை. முதலியார்/பிள்ளைமார் சம்மதம். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி : Mr. Thirunavukkarasu, 23, Ramasamy St, Ayanavaram, Madras - 23.

மணமகள் மணமகன் தேவை

* Alliance for Gavara Naidu domestically trained home loving fair girls Revathi, 30/153 cms B.Com., Pooram, 26/151 cms B.Sc., and for Bank employed boy Uthiradam, 28/158 cms B.Com, 3000. All vegetarian. Box No.30036

* Alliance invited for Iyer boy executive Ashwini, B.Sc., 29/5'.8", 6000 Athreya, Brahacharanam and for his sister B.Com., DCM, 26/5'.2", 2000 reply with horoscope & details to Box No.30037

★ விஸ்வகர்மா தமிழ் ஆச்சாரி வைகுர் வாசம், நடுத்தர குடும்பம், கல்வி ஞானம் பெற்ற பையனுக்கும், ஒரே பெண்ணிற்கும் வரன்கள் வரவேற்கப்படுகின்றன. பெண் கொடுத்து, எடுப்பதும் சம்மதமே. சொந்த தொழில், வியாபாரம், உத்தியோகம் செய்யும் வரன்கள் தேவை. பெட்டி எண். 30038

★ 33 வயது பி.ஏ., (பி.எட்.) ஹிந்தி விசாரத் ஸ்டெனோகிராபி படித்த பார்வையுள்ள தெலுங்கு நியோகி பெண்ணுக்கு பிராம்மண வரனும் சென்னை அரசாங்க உத்தியோகத்திலிருக்கும் 34 வயது கௌண்டின்ய வரனுக்கு வேலை பார்க்கும் பெண்ணும் தேவை. பெட்டி எண். 30039

* For Vadama, Srivatsa graduate, Bank employed girl Poosam, 34/153/4500. Well placed groom in Madras/Bangalore. Also graduate employed girl for her brother, Moolam, 36/168/AMIE/4500. Box No.30040

Printed and Published by V. MURALI on behalf of MESSRS BHARATHAN PUBLICATIONS PRIVATE LIMITED, at the *BHARATHAN PRESS*, 47, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Madras - 600 097.
Editor : MANJULA RAMESH.   Managing Editor : V. MURALI
Telephones – Editorial : 2345624; Circulation Manager : 2345623; Subscription and Advertisement : 2345622; Director : 2345621.
Annual Subscription : India Rs. 84/-; Overseas : Rs. 500/- (Air Mail); Rs. 200/- (Sea Mail);
Half Yearly Subscription : India Rs. 42/-; Overseas : Rs. 250/- (Air mail); Rs. 100/- (Sea Mail).


குமரன் சில்க்ஸ்
12, நாகேஸ்வரன் சாலை, (பனகல் பார்க் எதிரில்)
தியாகராயநகர், சென்னை-600 017.
போன்: 443544, 447777
எங்களுக்கு கிளைகள் எங்கும் கிடையாது

தீபாவளிக்கு உடைகள்
வாங்கும் படலம் ஆரம்ப
மாகி விட்டிருக்கும். இளம்
பெண்கள் சினிமா நடிகை
கள் அணியும் ஆடைகளைக்
கவனிப்பது உண்டு. இன்
றைக்கு சினிமாத் துறையில்
காஸ்ட்யூம் டிசைனராகப்
பெண்கள் விளங்குகிறார்
கள். பூர்ணிமா பாக்யராஜ்
இந்த வகையில் தன் கணவ
ரின் படங்களில் உதவி
செய்வதோடு தனியாக ஒரு
கடையே திறந்திருக்கிறார்.
நதியா அவருடைய உடைக
ளுக்காகவே பிரபலமானவர்.
இருவரும் என்ன சொல்கி
றார்கள்?



பூர்ணிமா பாக்யராஜின்
கடையைச் சுற்றிக் கண்களை
ஓட விட்ட போது பட்டில்
லேசான சம்கி வேலைப்பாடு
செய்த உடை, லைனில் சணல்
நூல் கொண்டு மணி வைத்துத்
தைத்த ரகமொன்று, லேசான

சாதாரண உடைகளாகக் காட்ட முடியும்!

சரிகையுடன் வேஷ்டி மாதிரியே மலையாள உடையை ஞாபகப்படுத்தும் ஸல்வார் கமீஸ் இப்படி ஒவ்வொன்றும் விதவிதமான துணியில் வேறு வேறு டிசைன்களுடன். பார்த்தவுடன் பிடித்தது. ஆனால் விலையோ ரூபாய் 600லிருந்து 2000 வரை. கட்டுப்படியாகுமா வாங்க?

''நீங்க சொல்றது ஒரு வகையில் நியாயம்தான். இங்கு பார்க்க வர்றவங்க ரூ 600க்கு ஒரு ஸெட் உடை வாங்குவதை விட இன்னும் கொஞ்சம் பணம் போட்டால் காஞ்சிபுரம் பட்டே வாங்கிக்கலாமே என்று கணக்குப் போடுகிறார்கள். ஆனால் உடுத்தும் உடைகளில் வெரைய்டி வேண்டாமா? 'உடைகளின் மீது கவனம்' உடை அணியும் திறன் இங்கேயும் பம்பாய் மாதிரி அதிகமாகிக் கொண்டு வருகிறது என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். இப்போதே பாவாடை தாவணி போலவே சல்வாரையும் அதிகமாக அணிகிறார்களே. விலை அதிகமாயிருப்பதற்குக் காரணம் என்னுடையது 'எக்ஸ்க்ளூசிவ் ஷோரூம்' டிசைனில் ஒரே ஒரு ஸெட் தான் கிடைக்கும்.''

''உடைகள் விஷயத்திலே எத்தகைய மாற்றம் அல்லது முன்னேற்றத்தை நீங்க எதிர்பார்க்கறீங்க?''

''இயற்கை இழை துணிகளான பட்டு, லினன், பிலிலிஸ்னி, பருத்தி போன்றவை உபயோகிப்பது பொலியூஷனுக்கும் நல்லது. நமது உடம்பிற்கும் நல்லது. இதே கருத்தை அடிப்படையாகக் கொண்டு தான் எதிர்காலத்தில் இந்தக் கடையை இயற்கை இழைத் துணிகள் மட்டும் கிடைக்கும் ஒரு exclusive show room ஆக மாற்ற எண்ணம் இருக்கிறது. மட்கா எனப்படும் சணல் வகை துணி இந்திய சீதோஷ்ணத்திற்கு மிகவும் ஏற்றது. மட்காவில் பைன் இழைகளை உருவாக்கத் தரமுள்ள துணி வகைகளைத் தர வேண்டும் என்றும் ஒரு எண்ணமிருக்கிறது.

'ஆடை' - ஒரு மனிதனின் கலையுணர்வை குணாதிசயத்தையே கூற வல்லது. நான் பம்பாய் வாசி. ந டி ப் ப த ற் கு இங்கு வந்தவுடன் ஒர ளவு பழமைவாதிகளாகவே இங்கிருப்பவர்களைப் பார்த்தவுடன் சென்னை எப்போது பம்பாயாக மாறும் என்று எண்ணிக் கொண்டிருப்பேன். ஆனால் கொஞ்ச வருடங்களிலேயே எத்தனை மாறுதல்? பம்பாய்க்கு இணையாக இங்கும் எவ்வளவு முன்னேற்றம். ஆனால் ஒரு விஷயத்தை இங்கே சொல்லியே ஆக வேண்டும்.

பு து சா ஒரு ஃபேஷன் வந்தா அதைக் கண்ணை மூடிக்கிட்டு கடைபிடிக்கிறது இங்கே ரொம்ப சகஜமாயிருக்கிறது. இப்போது நீள குர்தா பைஜாமா பார்க்க நல்லாத்தான் இருக்கும். ஆனா அதைப் போட ஆசைப்படறவங்க குள்ளமா இருந்தால் அவங்க போட்டிருக்கிறது நைட்'டியா இல்லை பைஜாமாவா என்கிற சந்தேகம் அந்த உடையில் அவங்களைப் பாக்கிறவங்க



ளுக்கு வந்துடும். போதாதற்கு இந்த உடையில் குள்ளமாய் இருப்பவர்கள் இன்னும் குள்ளமாய்த் தோற்றமளிப்பார்கள். இந்த மாதிரி சமயத்தில் உங்க உடலமைப்பு, உயரத்திற்கேற்றவாறு அந்த ஃபேஷன் உடைகளைச் சிறு மாற்றங்களோடு செய்து போட்டுக் கொண்டால் மற்றவர்களின் கவனத்தை உங்கள் உடை நிச்சயம் கவரும்.''

"உடைகளில் டிசைன் செய்வதற்கு எதையெல்லாம் ஆதாரமாகக் கொள்வீர்கள்?"

''என் உடைகளுக்குத் தேவையான துணிகளை நான் பம்பாயிலிருந்துதான் தருவிக்கிறேன். இதோ இந்த டிசைன் பாருங்கள். தஞ்சாவூர் பெயிண்டிங்கின் ஒரு பகுதியையும் ஒடிசி நடனக் காட்சியிலிருந்து ஒரு பகுதியையும் இணைத்து ஒரு புது டிசைன் உருவாயிருக்கிறது. இது பட்டின் நடுவில் இரு பக்கமும் மணியுடன் கூடிய சமைல் வேலை. நடுவில் உள்ள இதைக் கோலம் என்று யாரால் ஒதுக்க முடியும்? எனவே கொஞ்சம் கலர்களை பற்றிய அறிவு, டிசைன் செய்யும் திறன் கொஞ்சம், பேஷன் பற்றிய உணர்வு கொஞ்சம் அதனை காலத்திற்கேற்ற வகையில் வடிவமைக்கும் திறன் இருந்தால் போதும். உடைகள் தயாரிப்புத் துறையில் நீங்கள் எட்டா உயரத்திற்கே சென்று விடலாம்.

நதியா – பாவாடை தாவணி, புடைவை, தும்பினால் சம்கி வேலை செய்த சல்வார் கமீஸ் என்கிற இந்தச் சிறிய வட்டத்துக்குள்ளே உடைகளைத் தேர்ந்தெடுத்து தனது படங்களில் உபயோகித்து வந்த ஹீரோயின்களிடையே புதுப்புது நாகரீக உடைகளை அதிகமாக உபயோகித்து கல்லூரி மாணவிகளின் கவனத்தைக் கவர்ந்த நதியா. இவர் சினிமாத் துறைக்கு வந்தவுடன் இவரின் தூரதக் கொண்டையை நார்வியிலிருந்து, உச்சர் வரை போடாதவர் பாக்கியில்லை. மாடர்ன் டிரஸ் மோகத்தை மாணவிகளுக்கிடையே பரப்பியவர் நதியா என்றால் மிகையில்லை.

"சினிமாவிலே ஒரு டிரஸ்ஸை ஒரு காட்சியிலே உபயோகிக்கணும்னா கூட அதற்கு நிறைய வரைமுறைகள் உண்டு. அதாவது இடம், கூட நடிக்கும் நடிகை, நடிகர்களின் உடைகள், குணாதிசயம் என்று எவ்வளவோ இருக்கின்றதாமே? அப்படிப் பார்க்கும் போது முதல் படத்திலேயே காட்சிக்குக் காட்சி மாடர்ன் டிரஸ்ஸிலே வந்து அழகா ஆனா எளிமையாக அணிந்திருந்தீங்களே? எப்படி?"

'' 'பூவே பூச்சூடவா' எனது முதல் படம். அதில் என் வயதிற்கேற்றாற் போலவே கேரக்டரும் அமைந்து விட்டது. நான் அப்போ பம்பாயில் வர்த்தகக் கலைக் கல்லூரியில் இரண்டாவது வருடப் படிப்பை முடித்திருந்தேன். முடித்த பின் விளம்பரத் துறையில் டிசைனராகப் பணிபுரியலாமென்று எண்ணம். இந்த இரண்டு வருடப் படிப்பு எனக்கு கலர் ஒத்துப் போகும் தன்மையைப் பற்றி ஓரளவு உதவியிருக்கலாம். முதல் படத்திலேயே இயக்குனர் உடை பொறுத்தவரை உன்னுடைய இஷ்டம் என்று சொல்லி விட்டார்.''

"தென்னிந்திய படங்களில் நடித்தும் 'புடைவை'யை நீங்க எப்போதாவதுதான் உபயோகித்திருக்கிறீர்கள் இல்லையா?"

''அப்படியில்லை. என் பாத்திரங்கள் பெரும்பாலான படங்களில் பணக்காரப் பெண், படித்த பெண் என்று அமைந்து விடுகிறது. அதனால் இருக்கலாம். இப்போது திரு. பிரபு அவர்களுடன் நான் நடித்துக் கொண்டிருக்கும் படம் 'ராஜ குமாரனி'ல் ஒரு மாடர்ன் டிரஸ் கூடக் கிடையாது. நான் ரொம்ப சிம்பிளாக உடை அணிவதை விரும்புவேன். எந்த எளிய உடையையும் அதை 'ரிச்' ஆகக் காட்டுவதற்கு அந்தக் கலருக்கேற்றாற்போல காதணி, வளை, செருப்பு என்று போட்டு பகட்டான உடை அலங்காரமாய் மாற்றி விட முடியும்.''

"ஒரு ஃபேஷன் எங்கிருந்து வருகிறது? அது உருவாவதற்குக் காரணம் கல்லூரி மாணவிகளா? இல்லை திரைக் கதாநாயகிகளா?"

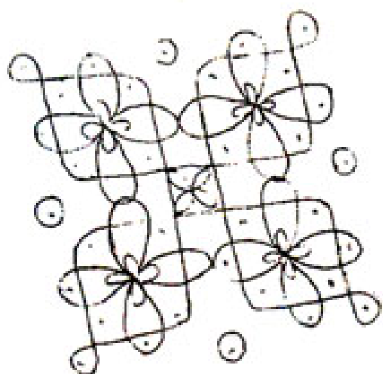
''பம்பாய், டில்லி போன்ற மெட்ரோபாலிடன் சிடிகளில்தான் ஃபேஷன் முதலில் வருகிறது என்பேன். இன்னொரு காரணம் பம்பாய் போன்ற நகரங்களில் உள்ள திறமை மிக்க தையற்காரர்கள். இவர்களுக்குக் கற்பனைத் திறனும் ஃபேஷன் பற்றிய விவரமும் நன்கு தெரிந்திருக்கும். நான் போடுகின்ற அத்தனை டிசைன் உடைகளும் ரெடிமேடாக வாங்கியதுதான்.''

"அமெரிக்கா சென்று திரும்பியிருக்கிறீர்கள். இந்த ஐந்து வருடங்களில் காஸ்ட்யூம் டிசைனைப் பொறுத்தவரை ஏற்பட்டுள்ள மாற்றம் என்ன என்று கூறுங்களேன்?"

''நிறைய முன்னேற்றங்கள். நிறைய முன்னணிக் கதாநாயகிகள் மாடர்ன் டிரஸ்ஸை உபயோகிக்கிறார்கள். கௌதமி, மதுபாலா போன்றவர்களை உதாரணமாகச் சொல்லலாம். சில வேண்டாத பழக்கங்களும் இங்கே உண்டு. மினி, மிடி, ஸ்கர்ட் போன்ற டிரஸ்களுக்கும் பெரிய பொட்டு

---

9 – 1 வரை;
நேர்ப் புள்ளி



– சுலோச்சனா சந்தானம்

வேண்டாத அணிகளை உபயோகிப்பது போன்றவை தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

நடிகையும் நம்மைப் போன்றவர்களில் ஒருத்தி என்று பார்ப்பவர்கள் நினைக்க வேண்டும் என்கிற நோக்கில் பெரும்பாலும் படாடோபமில்லாத டிரஸ்களையே நான் படங்களில் பயன்படுத்துவேன். அது மட்டுமல்ல அவர்கள் என்னைப் பார்த்து உடைகளை காப்பியடிக்கவும் முடியும். அந்த அளவிற்கு எளிமையாக இருக்கும். உடைகளைப் பொறுத்தமட்டில் எந்தத் தயாரிப்பாளர்களுக்கும் வேலை தராத, பிரச்னை தராத நடிகையாக இருக்க விரும்புகிறேன்.''

"இத் துறையில் இவ்வளவு தெரிந்து வைத்திருக்கிறீர்கள். எதிர்காலத்தில் டிசைன் துறையில் ஈடுபட விருப்பம் உள்ளதா?"

''கன்னடம், தெலுங்கு, தமிழ் என்று நான்கு படங்களில் நடித்துக் கொண்டிருக்கிறேன் இப்போது. இவைகளின் வெற்றியைப் பொறுத்துத்தான் எதுவும் சொல்ல முடியும். நான் அமெரிக்காவில் இருந்த போது 'மாஸ்-கம்யூனிகேஷன்' என்கிற 2 வருட படிப்பை முடித்திருக்கிறேன். இங்கே டி.வி. மெட்ரோ சேவையில் தனியார்த் துறை நிகழ்ச்சி கொடுக்கிறார்களே அதைப் போலத்தான் அதுவும். திரைப்படத் துறை இல்லாவிட்டால் நிகழ்ச்சித் தயாரிப்பாளராக விருப்பம்.''

– கீதா

ல்லா

டூத்பிரஷ்களின்

பிரஸ்ஸல்களும் பார்க்க

ஒரே மாதிரிதான்

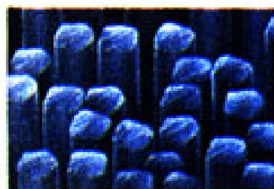
தெரிகின்றன...

ஆனால், அவை ஒரே

மாதிரியானவையா ?



பெரும்பாலான சாதாரண டூத்பிரஷ்கள் வட்ட வடிமைக்கப்பட்ட மென்மையான, பாதுகாப்பான பிரஸ்ஸல்களை உங்களுக்கு அளிப்பதாக உரிமை கொண்டாடுகின்றன. உண்மையில், வட்ட வடிவமான முனைகளின் தரம் பெரும்பாலும் உபயோகிக்கப்படும் நைலானின் தரத்தையே சார்ந்தது.

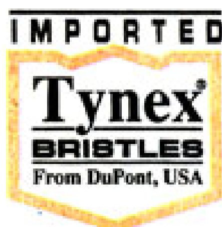


சாதாரண டூத்பிரஷ்களின் வட்ட வடிவமைக்கப்படாத பிரஸல்கள்



சீரான வட்ட வடிவமைக்கப்பட்ட டாய்னெக்ஸ்® கொண்ட ஸிபாகா பிரஸல்கள்

ஆகவேதான் ஸிபாகா உபயோகிக்கின்றது டாய்னெக்ஸ்®- அதன் ஸிபாகா சுப்ரீம் மற்றும் சூப்பர் டீலக்ஸ் டூத்பிரஷ்களின் அணிவரிசையில். உங்களுக்காகவே டூபாண்ட், அமெரிக்காவிலிருந்து விசேஷமாக இறக்குமதி செய்யப்பட்ட டாய்னெக்ஸ்®. சாதாரண நைலானைவிடச் சிறப்பான வகையில் மிகச் சீரான, நன்கு வட்ட வடிவமைக்கப்பட்ட பிரஸ்ஸல்களுக்கு உறுதியளிக்கிறது.



இதன் பலனாக, ஸிபாகா சுப்ரீம் மற்றும் சூப்பர் டீலக்ஸ் டூத்பிரஷ்கள் உங்கள் ஈறுகள் மற்றும் பற்கள் மீது மிக மென்மையாக செயல்படுவதோடு உங்களுக்கு பல் துலக்கும் ஆற்றலை நாளுக்குநாள் கூடுதலாக வழங்குகிறது.

ஆகவே, இன்றே டாய்னெக்ஸ்® நற்பயனை அடைந்திடுவீர்! மலரும் புன்னகையுடன்!

ஸிபாகா*

டூத்பிரஷ்

பற்களின் பாதுகாப்பில் சர்வதேச தரத்தின் உருவாக்கம்!

ULKA 16501 TAM-B

* [illegible]

ஷாம்பு குளியல் அச்சா!

இப்போதெல்லாம் இப்படித்தான் கேட்க வேண்டிய தாக இருக்கிறது. கங்கா ஸ்நானமும், சீயக்காயுடன் கூடிய எண்ணெய் தேய்த்துக் குளியலும் மிகவும் குறைந்து போய் விட்டது. பெட்டிக் கடைகளிலெல்லாம் சரம்சரமாகத் தொங் குவது ஷாம்பூ பாக்கெட்டுகள்தானே? அப்புறம் தீபாவளி யும் அதுவுமாய் ஷாம்பூவைப் பற்றி ஆராயாமல் எப்படி?

கடலூருக்குள் நுழையும்போதே 'ஷாம்பூ நகரம் உங் களை வரவேற்கிறது' என அட்டகாசமாய் போர்டு நிற்கி றது. கடலூர்தான் ஷாம்புக்கள் தயாரிக்கும் நகரமாகி விட்டது. ஏன் அப்படி? 'கிளாமர் ஷாம்பு' தயாரிப்பாளரான பி. ராமச்சந்திரன் இதற்குப் பதில் சொல்கிறார் –

"இப்போது தி.நகரில் துணிக்கடைகள் ஒன்றன் பின் ஒன்றாகத் தோன்றி விட்டன. அதே போல நகைக்கடைகளும் வரிசையாக இருக்கின்றன அல்லவா? அதே போலத்தான் இது வும். டாக்டர். ராஜ்குமாரின் தந்தை ஷாம்பு தயாரித்துச் சிறிய அளவில் வியாபாரம் செய்தார். அதையே பிறகு மிகப் பெரிய வெற்றியாக ராஜ்குமார் செய்து காட்டினார். ஷாம்பு தயாரிப்புக் கான மிஷின்கள் மற்ற வசதிகள் எல்லாம் பெருக ஆரம்பித்தன.



நிறைய ஷாம்பு தயாரிப்பாளர்கள் தோன்ற ஆரம்பித்தனர்.

எந்த வியாபாரமும் தரமும், அழகும் இருக்குமானால் நீடித்து நிற்கும். அதே அடிப்படையில்தான் நாங்கள் கிளாமர் ஷாம்புவைத் தயாரிக்க ஆரம்பித்தோம். மற்ற ஷாம்புகள் கொடுப்பதை விட நம்முடையது தரமாக இருக்க வேண்டும், அதே சமயம் நடுத்தர வர்க்கத்தினர் மட்டுமல்லாமல் எளியவர் களும் வாங்கும்படி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும் என்பதையே கொள்கையாகக் கொண்டு ஆரம்பித்தோம்."

'சபர் சர்ஃபேக்டன்ட்' எனும் நிறுவனம் பம்பாயிலிருந்து இதற்கான கச்சாப் பொருட்களை இறக்குமதி செய்து, பதப் படுத்தி இவர்களுக்கு சப்ளை செய்கின்றனர். இதன் மானேஜிங் பார்ட்னர் சௌந்திரராஜன் அதற்கான தொழிற்சாலைக்கு அழைத்துச் சென்ற போது மனம் துள்ளியது. காரணம் நமக்கு மிகவும் அறிமுகமான, சென்னையில் தண்ணீர் சேமிக்க அவ ரவர்கள் வாங்கி வைத்திருக்கும் நீலநிற டிரம்கள் அங்கிருந்தது தான். அதைச் சொன்னவுடன் சௌந்திரராஜன் சிரித்தார் :

"ஆமாம், இந்த பிளாஸ்டிக் டிரம்களில்தான் எங்களுக்கு ஷாம்பு தயாரிக்கத் தேவையான ஏ.ஓ.எஸ். எனப்படும் அல்பா ஒலிடன் சல்பேட், எஸ்.எல்.ஈ.எஸ். எனப்படும் சோடியம்

பகடையாட்டமா? பாதுகாப்பா?

உங்கள் சேமிப்பை எங்கே டெபாசிட் செய்யப் போகிறீர்கள்?

இதர நிறுவனங்களின் பில்களை டிஸ்கவுண்ட் செய்யும் ஒரு நிதி நிறுவனத்திலா? அல்லது

அளிக்கும் நிதியுதவியைத் திரும்ப வசூலிப்பதில் முழுவதுமாக வெற்றி பெறும் ஒரு நிறுவனத்திலா?

சில நிதி நிறுவனங்கள் இதர நிறுவனங்களின் பில்களை டிஸ்கவுண்ட் செய்கின்றன. இவ்வாறு கடன் பெறும் அந்த இதர நிறுவனங்களின் பொருள்கள் சரிவர விற்பனையாகாவிட்டால், டிஸ்கவுண்ட் செய்யும் நிதி நிறுவனங்களின் பணப்புழக்கம் பாதிக்கப்படுகிறது. தொடர்ந்து இவ்வாறு நேரும்போது இந்நிதி நிறுவனங்களின் பிரச்னைகள் அதிகரித்து விடுகின்றன. இத்தகைய நிறுவனங்களில் உங்கள் டெபாசிட்டுகள் பாதுகாப்புடன் இருக்க முடியுமா?

ஆனால் ஸ்ரீராம் நிறுவனங்கள் அவ்வாறு அல்ல. அவை உங்கள் டெபாசிட் தொகைகளை லாரிகளை வாங்குவதற்கு மட்டும் தான் தவணை முறை நிதியுதவியாக அளிக்கின்றன. அதுவும், சராசரியாக, 36 மாதத் தவணைகளில்தான்.

லாரிப் போக்குவரத்துத் தொழில் ரொக்க அடிப்படையிலேயே நடைபெறுகிறது. எனவே, லாரி உரிமையாளர் வாங்கிய கடனைக் குறிப்பிட்ட தவணைகளில் திருப்பிச் செலுத்தி விடுகிறார்.

ஸ்ரீராம் நிறுவனங்களும் மிகத் திறமையோடு இயங்குவதால் கொடுத்த கடனைத் திரும்ப வசூலிப்பதில் 100% வெற்றியைப் பெற்று விடுகின்றன.

இவ்வாறு லாரிகளுக்குத் தவணைமுறை நிதியுதவி வழங்குவதில் ஸ்ரீராம் நிறுவனங்கள் வெற்றிகரமாக இயங்குவதால்தான் முன்னணி லாரி தயாரிப்பாளர்களான டெல்கோ, அசோக் லேலண்ட் ஆகியோர் ஸ்ரீராம் நிறுவனங்களுடன் மிக நெருக்கமாக உறவு கொண்டுள்ளனர்.

பங்குதாரர்களின் எண்ணிக்கை அதிகரித்துள்ள போதிலும் தொடர்ந்து 25% டிவிடெண்ட் அளித்து வர முடிகிறது.

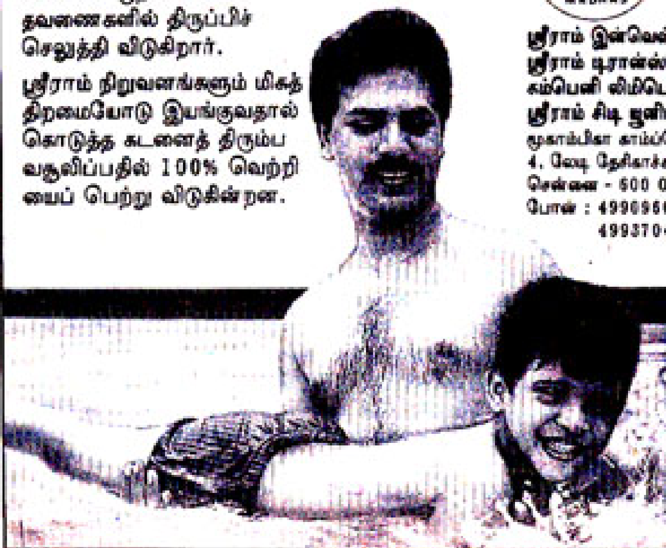
1,50,000 டெபாசிட்தாரர்கள் தங்கள் சேமிப்பை ஸ்ரீராம் நிறுவனங்களின் பொறுப்பில் நம்பிக்கையோடு வைத்திருக்கிறார்கள்.

ஸ்ரீராம் குடும்பத்தில் நீங்களும் ஒருவராகச் சேருவதற்கு இந்தக் காரணங்களே போதுமே!



ஸ்ரீராம் இன்வெஸ்ட்மெண்ட்ஸ் லிமிடெட்
ஸ்ரீராம் டிரான்ஸ்போர்ட் ஃபைனான்ஸ் கம்பெனி லிமிடெட்
ஸ்ரீராம் சிடி யூனியன் ஃபைனான்ஸ் லிமிடெட்
மூகாம்பிகா காம்ப்ளெக்ஸ், மூன்றாவது மாடி,
4, லேடி தேசிகாச்சாரி ரோடு, மயிலாப்பூர்,
சென்னை - 600 004.
போன் : 4990960/4991363/4993768/
4993704/4990356.

ADWAVE/SGC/4600 TAM B



லாரல் ஈதர் சல்பேட் இவை வருகின்றன. இவற்றை மோனோ எனச் சொல்லப்படும் தேங்காய் எண்ணெய் படிமங்களுடன் சேர்த்துக் கலக்குவோம். தண்ணீரைக் குறிப்பிட்ட அளவு சூட்டில் கொதிக்க வைத்து மோனோவைச் சேர்த்து ஏஎஸ், எஸ்.எல்.ஈ.எஸ். கண்டிஷனர் இவற்றையெல்லாம் நன்றாகக் கலக்கும் போது பேஸிக் ஷாம்பு கிடைக்கும். இதை நாங்கள் ஸெளமர் ஷாம்பு கம்பெனிக்கு அனுப்புகிறோம்'' என்றார்.

இதை அவர்கள் என்ன செய்கிறார்கள்? இராசாயன பரிசோதனைச் சாலையில் பரிசோதிக்கிறோம் என்கிறார் கலையரசி. இவர் தரக்கட்டுப்பாடு பரிசோதனையாளராக இருக்கிறார்.

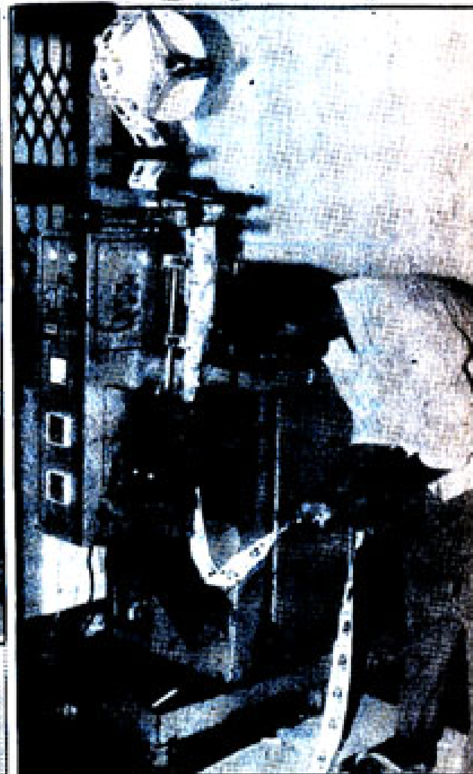
இவர் பரிசோதனைச் சாலையில் ஒவ்வொரு ஷாம்புக் கலவைப் பொருட்கள் வரும் போதும் சாம்பிள் எடுத்துப் பரிசோதிக்கிறார். அதில் அமிலக் காரத்தன்மை சமமாக இருக்கிறதா எனப் பார்க்கிறார். முழுக்க முழுக்க ஷாம்பு என்பது இரசாயனக் கலவை என்பதால் அதிகம் அமிலக் காரம் இருந்தாலும் தலைமுடிக்குப் பாதிப்பு ஏற்படும். குறைவாக இருந்தால் தேவையான விளைவு ஏற்படுவதில்லை. எனவே மிகச் சரியாக இருக்கிறதா எனப் பார்க்க வேண்டும். அதே சமயம் அடிப்படையான ஏஎஸ், எஸ்எல்சஎஸ் இரண்டையும் எந்தெந்த அளவில் கலந்தால் இன்னும் நல்ல பலன் கிடைக்கும், கண்டிஷனர் வாசனைப் பொருட்கள் இவற்றையெல்லாம் எந்த அளவில் கலந்து நீண்ட நேர மென்மை, வாசனை இவற்றைப் பெற முடியும் என்பதையெல்லாம் இவர்கள் ஆராய்ந்து கொண்டும் இருக்கிறார்கள். அதற்கேற்ப பல்வேறு நிலைகளிலே ஷாம்பு தயாரிக்கப்படுகிறது.

''ரோஸ், எலுமிச்சை, மல்லிகை, சந்தனம், தேங்காயெண்ணெய் இப்படிப் பல வாசனைகளில் ஷாம்பு வருகிறதே, இதிலே எது சிறந்தது?''

''எல்லாமே ஒரே ஷாம்புதான். அவரவருக்குப் பிடித்த வாசனையைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்கிறார்கள், அவ்வளவுதான். அதே போல கறுப்பு ஷாம்புவும் தருகிறோம். இதைப் பூசிக் குளித்தால் முடி கறுப்பாகும் என நினைக்கின்றனர். பொது மக்களின் ரசனையைப் பொறுத்ததுதான். மற்றபடி ஷாம்பு அடிப்படையில் தயாரிப்பு ஒன்றுதான். வாசனைகளைத்தான் தனித் தனியாகச் சேர்க்கிறோம்.

''அதே போல சில ஷாம்புக்கள் டிரான்ஸ்பரன்ட்டாக இருக்கும். அதாவது





பாட்டிலின் மறுபக்கம் தெரியும். ஆனால் 'எக் ஷாம்பு' போன்றவை 'ஒபேக்'காக அடர்த்தியாக இருக்கும். அந்த இரண்டிற்கும் கூட வித்தியாசம் இல்லையா?''

''இல்லைதான். அது டிரான்ஸ்பரன்ட், இது ஒபேக். ஆனால் ஒபேக் எனச் சொல்லப்படும் அடர்த்தியான ஷாம்புக்கள் பளபளவென கூடுதல் மென்மையோடு இருக்கும்.''

என்கிறார் செளந்திரராஜன்.

ஷாம்பு மோகம் இருப்பது போலவே இப்பொழுதெல்லம் 'ஹெர்பல் சீயக்காய்ப் பவுடரும் கூட வர ஆரம்பித்து விட்டது. ஒவ்வொரு ஷாம்புக்காரர்களும் இதையும்



தயாரிக்க ஆரம்பித்து விட்டார்கள். இதுவும் பொது மக்களின் மாறும் மனோபாவத்தையே காட்டுகிறது. முழுக்க முழுக்க கெமிகலாகவே உள்ள ஷாம்புக்களைச் சிலர் மனம் ஏற்றுக் கொள்வதில்லை. 'எங்களுக்கு வீட்ல அரைச்ச சீயக்காய்ப் பவுடர்தான் பிடிக்கும்' என்பார்கள். இவர்களையும் ஷாம்பு தயாரிப்பாளர்கள் விடத் தயாராக இல்லை. 'எங்களுடையது மூலிகை மருந்துகள் கலந்த சீயக்காய்ப் பவுடராக்கும்' என்று விளம்பரம் செய்கிறார்கள். இதனால் சீயக்காய்க் குளியல்காரர்கள் முக்கால் வாசிப் பேர் ஹெர்பல் சீயக்காய்ப் பவுடருக்கு மாறி இருப்பது உண்மைதான்.

''நாங்களும் காவிரி ஹெர்பல் சீயக்காய்ப் பவுடர் தயாரிக்கிறோம்'' என்கிறார் பி. இராமச்சந்திரன்.

''எங்களிடம் புகழ்பெற்ற கம்பெனி ஒன்று ஹெர்பல் சீயக்காய்ப் பொறுப்பை விட்டுள்ளது. நாமும் சொந்தமாகவே சிறந்த பவுடரைத் தயாரிக்கலாமே என நினைத்ததன் விளைவுதான் காவேரி. எங்களுடையதில் பூலாங்கிழங்கை விசேஷமாக மற்றவர்களை விட அதிகமாகச் சேர்க்கிறோம். இந்தக் கிழங்கைச் சும்மா கிள்ளி பாக்கெட்டில் வைத்திருந்தாலே வாசனை அடிக்கும். உடம்புக்குக் குளிர்ச்சியும் கூட.''

கடலூரில் இப்படிப் பலரும் ஷாம்பு தயாரிப்பில் இறங்கி விட்டிருக்கிறார்கள். பெரிய தயாரிப்பாளர்கள் பெரிய அளவில் கச்சாப் பொருட்களைத் தருவிக்கின்றனர். அதே போல நவீன மிஷின்களைக் கொண்டு 'சாஷே' பாக்கெட்டுகளையும் தயாரிக்கின்றன. இதனால் பலருக்கும் குடிசைத் தொழில் போல ஆகி விட்டது. நிறைய பேர் இங்கு குறைந்த விலையில் கிடைக்கும் பொருட்களை வாங்கி தாங்களே ஷாம்பு தயாரித்து, மிஷின்களை வாடகைக்கு எடுத்து ஷாம்பு பாக்கெட் தயாரித்து விடுகின்றனர். இப்படித்தான் விதம் விதமாக இங்கே ஷாம்புக்கள் உற்பத்தியாகின்றன. அவற்றிலே தரம் வாய்ந்தவை உறுதியாகக் கால் பதித்து நிற்கின்றன. கடலூர் ஷாம்பு நகரம் எனச் செல்லப் பெயரும் பெற்று விட்டது!

– 'புவன்'

படங்கள் : ஓம். சுப்ரமண்யம்



பொட்டுக் கடலை - தேங்காய் சட்னி டிபனுக்குச் செய்தது மீந்து விட்டதா? கொஞ்சமாக இருந்தாலும் கீழே கொட்டி விடாதீர்கள். சாம்பார் செய்து இறக்குவதற்கு ஐந்து நிமிடங்களுக்கு முன் கரைத்து விட்டால் வாசனையாகவும் இருக்கும். அரைத்து விட்ட சாம்பாராகவும் இருக்கும்.

- ராதிகா



சுலிவன் கார்டன் பெனிபிட் பண்டு லிமிடெட்

SGBF

Fully Computerised A/C Office

(கம்பெனி சட்டத்தின் பதிவு எண் : 18&24962)
பதிவு அலுவலகம் :- 8, கற்பகாம்பாள் நகர், லஸ்
மைலாப்பூர், சென்னை - 600 004 போன் : 4993241/4990953
கிளை அலுவலகம் : 132, ராசப்ப செட்டி தெரு,
பார்க் டவுன் (முதல் மாடி), சென்னை - 600 003
போன் : 563055

ரொக்க நடவடிக்கை : காலை 8:30 முதல் மாலை 5:30 வரை
ஞாயிறு காலை 8:30 முதல் பகல் 12:30 வரை
வரவு செலவுகள் அங்கத்தினர்களுடன் மட்டுமே
(வெள்ளிக் கிழமை விடுமுறை)

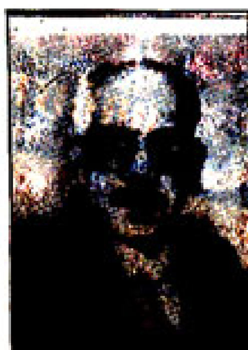
கடன்	நகைகள் பேரில் கிராம் 1க்கு ரூ. 300/- வழங்கப்படும். சென்னை மாநகரில் உள்ள கட்டிடங்கள் பேரிலும் வழங்கப்படும்.

1. *Prompt and satisfying service*
2. *Efficient Management*
3. *Financial strength backed by a prosperous and reputed group*
4. *Loans secured by gold and immovable assets.*

இயக்குநர்கள் :

திரு T. V. சீனிவாசன்
திரு P. K. சந்திரசேகரன்
திரு ப்ரவின் கோவிந்தராவ்
திருமதி P. C. சுந்தரவதனி
திரு K. G. கிருஷ்ணன்
திரு P. K. C. ரமேஷ்
திரு D. தனுஷ்கோடி
திரு P. C. பாஸ்கர்
திரு K. R. நிரஞ்ஜன் குமார்
திரு P. C. சியாம் சுந்தர்

OUR VALID DEPOSITORS



Mr. D. B. SAXENA
Past President
The Institute of
Company Secretaries



'இன்னிசைப் பேரரசு'
T. V. SANKARANARAYANAN

சேமிப்பே செழிப்புக்கு வழிகாட்டும்

லோத்ரா

மகளிர்க்கு மட்டும்

ஆரோக்கியம் இயற்கை முறையில் பெற

"லோத்ரா" டானிக்

உட்கொள்ளுங்கள்

கர்பரக்ஷகா

சுகப்பிரசவத்திற்கு

சௌபாக்ய சுன்டி

பிரசவத்திற்குப் பின் உட்கொள்ளும் லேகியம்

அம்ரிதா

ஆரோக்கியத்திற்கும் அழகிற்கும் உகந்த டானிக்.

சவனப்ராஷ்

சுவாச சம்பந்தமான வியாதிகளுக்கு

பைலோசில்

மூல வியாதிக்கு

நாராயண தைலம்

உடம்பு வலிகளைப் போக்க வல்லது

தயாரிப்பாளர்கள் :

கேஸரி குடீரம் (பி) லிமிடெட்

27, வெஸ்ட் காட் ரோடு,
ராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014
தொலைபேசி : 831677

இலவச மருத்துவ ஆலோசனைக்கு கடிதத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

தமிழ்நாட்டிற்கு விநியோகஸ்தர்கள் :
சுகந்தம் ஏஜென்ஸி,
9, J/1, ஜவகர் தெரு, S.S. Colony,
மதுரை - 625 016.

கர்நாடகம் :
வெங்கடேஸ்வரா ஏஜென்ஸீஸ்,
15, எம்.எம். லேன்,
20 வது கிராஸ், லொரி ரோடு,
பெங்களூர் - 560 053.

Stockists at Bombay :
M/S. VINAYAK ENTERPRISES
11-A, Kashi Niketan, Govandi Road,
Chembur, Bombay - 400 071.

அம்மாவுக்குத் தெரியும் இதன் பெருமை!

ஆம். குடும்பத்தின் ஆரோக்கியத்திற்கு எது உகந்தது என்பது அம்மாவுக்கு மட்டுந்தான் தெரியும்.

உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு நலம் அளிக்கும் நல்ல கீரைப் பொடிகள்

1. வல்லாரை ஞாபக சக்தி, மூளை வளர்ச்சி, நரம்பு தளர்ச்சிக்கு உகந்தது.
2. தூதுவளை சளி, இருமல், தோல் வியாதிக்கு சிறந்தது.
3. பிரண்டை ஜீரண சக்தியை அதிகப்படுத்தும்.
4. வாதநாராயணா கால்; கை வலிகளுக்கும் வாத நோய்களுக்கும் உகந்தது.
5. மணத்தக்காளி அல்சர் வயிற்று கடுப்பிற்கு உகந்தது.
6. பொன்னாங்கண்ணி கண் பார்வை மங்குதல், கண் நோய்களுக்கு சிறந்தது.
7. கீழாநெல்லி காமாலைக்குச் சிறந்தது.
8. சிறுகுறிஞ்சான் நீரிழிவு நோயைக் குணப்படுத்த உதவுகிறது.

(இவைகள்) எங்களது தனிப்பட்ட தயாரிப்புகள். மேலும், பாகற்காய் பொடி, சூப்பர் பருப்புப் பொடி, மிளகாய் பொடி (5 வகை) பாகற்காய், ஊறுகாய், முருங்கைக்காய் ஊறுகாய், டிபன் சாம்பார், ரசம், போண்டா, பஜ்ஜி, உப்புமா பொடி வகைகள் அலங்கார வடகம் வகைகள் அப்பளம், அரிசி அப்பளம் (5 வகைகள்) ரெடிமேட் ஆப்பம், இடி ஆப்பம் பொடி வகைகள்.

அசைவ உணவிற்கு சுவை கூட்டும் காரம் மசாலா குருமா பொடி வகைகளும் கிடைக்கும்.

சுகாதாரமான முறையில் சுத்தமாக தயாரிக்கப்பட்டு உங்களுக்காகவே வழங்குகிறோம்.



ஓம் சுகஸ்ரீ ஹோம் ஃபுட்ஸ்

தலைமை அலுவலகம்
442, தங்கசாலை தெரு,
சென்னை - 600 079.
கிளை அலுவலகம்
சாந்தி மீனாட்சி காம்ப்ளக்ஸ்,
73, ரங்கநாதன் தெரு,
தி.நகர், சென்னை - 600 017.

MAYUR

தீபாவளி வாழ்த்துக்கள்



கணவருக்கு உடை வாங்கப் போகிறீர்களா?

"பளிச்சென்று உடை இருக்க வேண்டும். பொருத்தமானதாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று மட்டும் பார்க்காது சமீபத்திய நாகரிகமானதாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணும் ஆண்களின் எண்ணிக்கை அதிகமாகிக் கொண்டே வருகிறது. அவர்கள் நினைக்கிறார்களோ கூட வரும் மனைவிமார்கள் பார்த்துப் பார்த்து வாங்குகிறார்கள். இருந்தாலும் பம்பாய் அளவுக்குச் சென்னையில் புது ஃபாஷன் வேகமாகப் பரவுவதில்லை. உதாரணமாக (பெல் பாட்டம் பழைய ஸ்டைலாகப் போய், டைட் ஃபிட்டிங்கும் பின்னுக்குத் தள்ளப்பட்டு) 'பாரலல் ஃபிட்டிங்'தான் பேண்ட்டைப் பொறுத்தவரை பம்பாயில் தற்போதைய நாகரிகம். இதை நாங்கள் அறிமுகப்படுத்தி சில மாதங்கள் ஆயிடுச்சு. இருந்தாலும் மெதுவாகத்தான் அது இங்கே வேரூன்றத் தொடங்கியது. இப்போது பல இளைஞர்கள் தாங்களாகவே வந்து ''பாரலல் ஃபிட்டிங் பாண்ட் இருக்கான்னு கேட்கறாங்க'' இப்படிக் கூறியவர்கள் கிரீஷ், ரமேஷ் சகோதரர்கள். சுமார் நாற்பது வருடங்களாக மைலாப்பூர் லஸ் கார்னரில் இயங்கி வரும் ஆண்களுக்கான ரெடிமேட் ஆடைகளை விற்கும் 'ரெக்ஸ் ஃபாஷன்ஸ்' நிறுவனத்தினை தற்போது நிர்வகிப்பவர்கள். மேலும்,

''சின்னச் சின்னக் கட்டங்கள் போட்ட பாண்ட்டுகள் தான் சமீபத்திய நாகரிகம். ஆனால் அதுவும் சென்னையிலே இனிமேல்தான் பிக்-அப் ஆகணும். ஜீன்ஸ்களுக்கான டிமாண்ட் அதிகமாகிக்கிட்டு வருது. முன்னூறு ரூபாயிலிருந்து எண்ணூறு ரூபாய் வரை இதன் விலை நிர்ணயிக்கப்பட்டு இருந்தாலும், 'எவ்வளவு வேணாலும் போட்டு அடிக்கலாம்', 'பயணத்திற்கு ஏற்றது' என்பதனால் ஜீன்ஸுக்கு இந்த வரவேற்பு. பொதுவாக டீனேஜ் பருவத்தினர்தான் இதை வாங்குவார்கள் என்றாலும் சமீப காலமாக இந்த வயதை சமீபத்தில் தாண்டியவர்களும் - ஏன் நடுத்தர வயதினர் கூட - ஜீன்ஸ் வாங்கத் தொடங்கி விட்டனர். வெளிர் நீலம் மற்றும் அழுத்த

மான நீலம் ஆகிய வண்ணங்களில்தான் பொதுவாக ஜீன்ஸ் விற்பது வழக்கம். ஆனால் இப்போதெல்லாம் அழுத்தமான டிசைன்கள், க்ரே போன்ற புதிய வண்ணங்கள் ஆகியவைகளைக் கொண்ட ஜீன்ஸ்களையும் உற்சாகமாக வாங்குகின்றனர்.

காட்டன் சட்டைகளுக்கான மவுசு அதிகமாகி இருக்கிறது. ''காஷுவலாகப் போட்டுக் கொள்ள சௌகரியமானது'' என்று கருதி பலரும் டீ-ஷர்ட்கள் வாங்கிக் கொண்டு, அதை அலுவலகத்திற்கும் போட்டுக் கொண்டு போகும் போக்கு அதிகரித்துக் கொண்டு வருகிறது. அழுத்தமான வண்ணங்கள் கொண்ட, கோடுகள் மற்றும் ப்ரிண்ட் செய்யப்பட்ட டீ-ஷர்ட்களை அதிகம் வாங்குகிறார்கள்.

துணி வாங்கித் தைப்பதை விடவும், ரெடிமேட் உடைகளை வாங்குவதில் நாட்டம் அதிகமாகியிருக்கிறது. முக்கியமாக ரெடிமேட் சட்டைகளில் காலர் 'ஃப்யூஸ்ட்' ஆக இருப்பதால், தையற்காரரிடம் தைக்கப்படும் சட்டை போல் காலரில் சுருக்கங்கள் விழுவதில்லை. டை கட்டிக் கொள்பவர்கள் சற்றுப் பெரிய காலர் கொண்ட சட்டைகளை வாங்குகிறார்கள். மற்றவர்கள் சிறிய காலரே போதும் என்று எண்ணுகிறார்கள். காலரின் இரு நுனிகளும் தொங்குமிடத்தில் துளை விடப்பட்டு அந்தத் துளைகளின் நேர் கீழே உள்ள சட்டைப் பகுதியில் பட்டன்களைப் பொருத்தி விட்டுக் கொள்வது இப்போதைய நாகரிகம்.

'பேகி' சட்டைகளில் கீழ்ப்புறம் இரண்டு பாக்கெட்டுகள் தைத்திருந்தால் தேவலை' என்று கருதும் வாடிக்கையாளர்கள் உண்டு. பொதுவாகவே சட்டையைப் பொருத்தவரை ஆண்கள் லூஸ் ஃபிட்டிங்குகளைத்தான் விரும்புகிறார்கள். அதனால்தான் 34'' அளவு கொண்ட பேண்ட்டுகளும், 40'' அளவு கொண்ட சட்டைகளும் எங்களிடம் அதிகம் விற்கின்றன.

ஜீரோ, அடிலோ, வேகால் போன்றவை நாங்கள் பம்பாயிலிருந்து வரவழைக்கும் பலவித பாண்ட் வகைகள். பெங்களூரில் மதுரா கோட்ஸ் பிரபலமானது. 'லூயி பிலிப்'பின் வான் ஹூசேன் என்ற ப்ரிமியம் வகை சட்டைகள் (சுமார் ஐந்நூறு ரூபாய்) இப்போது பிரபலமாகி வருகின்றன. இவற்றின் ஃபினிஷிங் அருமையாக உள்ளது. அதே போல் ''மைக்ரோ-டேனியர்'' என்று ஒருவகைத் துணி. எவ்வளவு கசக்கினாலும் துணியில் மடிப்பு விழுவதேயில்லை. பார்க்கவும் பட்டு போன்று இருக்கும். இதை ட்ரை-க்ளீனிங்குக்குக் கொடுக்க வேண்டிய அவசியமுமில்லை.''

இவர்களின் வாடிக்கையாளர்களில் சரி பாதி பெண்கள் என்பதை அறிய ஆச்சரியமாக இருந்தது. எப்படி? பேண்ட், டீ-ஷர்ட்



தீபாவளிக்கு...

காராபூந்தி மணிமணியாக இருக்க வெறும் கடலை மாவுடன் உப்பு சேர்க்காமல் 2 டீஸ்பூன் அரிசி மாவு சேர்த்து இட்லி மாவு பதத்தில் கொஞ்சம் தண்ணியாகக் கரைத்துக் கொண்டு பூந்திக் கரண்டியை வாணலியின் மேல் தாழ்வாகப் பிடித்துக் கொண்டு மாவை ஊற்றி லேசாகக் கரண்டியால் தட்ட வேண்டும். உயரத்தில் பிடித்தால் பூந்தி வால்வாலாக விழும்.

- சந்திரலேகா

ஆகியவற்றை அள்ளிக் கொண்டு போகும் மாணவியர் பட்டாளமோ?

''அவர்களும் ஓரளவுக்குக் காரணம் தான். என்றாலும் நாங்கள் குறிப்பிட்டது தங்கள் கணவர் மற்றும் சகோதரர்களுக்கு உடை வாங்க வரும் பெண்களைத்தான். இவர்களைத் திருப்திப்படுத்துவது கொஞ்சம் கஷ்டமான காரியம்தான். ஒரு குறிப்பிட்ட வண்ணமோ, டிசைனோ வேண்டுமென்றால் அதில் மிகப் பிடிவாதமாக இருப்பார்கள். ஆண்கள் அதே போன்ற தரத்தில் சற்று மாறிய கலர் கொண்ட உடை என்றால் காம்ப்ரமைஸ் செய்து கொண்டு விடுவார்கள். கணவன், மனைவி இருவரும் கடைக்கு வந்தால் பெரும்பாலும் மனைவியின் சாய்ஸ்தான் எடுபடும்.''

தீபாவளி சமயத்தில் கடையின் விற்பனை நூறு சதவீதம் அதிகரிக்குமாம். விலை உயர்ந்த உடைகளை வாங்க அப்போது பலரும் தயக்கம் காட்டுவதில்லையாம்.

அண்ணா சாலையின் மையப் பகுதியில் தன் விற்பனைப் பிரிவை 'ரேமண்ட்ஸ்' நிறுவனம் தொடங்கி பத்து வருடங்களாகின்றன. இந்தக் கடையை நிர்வகிக்கும் விஜய் ஆண்களின் உடை உலகில் ஏற்பட்டு வரும் மாற்றங்களை இங்கு விவரிக்கிறார்.

''மூன்று மாதங்களுக்கொரு முறையாவது ஆண்களுக்கான உடைகளில் லேசான ஃபேஷன் மாற்றம் இருந்து கொண்டுதான் வருகிறது. ஸெல்ஃப்செக் சூட்டிங்குகளுக்கு இப்போது சற்று அதிக கிராக்கி. சூட்டிங்குகள் 120 ரூபாயிலிருந்து 4,000 ரூபாய் வரை உள்ளன (ஒரு மீட்டருக்கான விலை தான்).

விலை உயர்ந்தது கம்பளி சூட்தான். சூப்பர்-90 அல்லது சூப்பர் -100 என்ற கம்பளி நூலிழைகளை இதில் பயன்படுத்துவார்கள். ஒரு சூட்டுக்குத் தேவைப்படும் துணியே சுமார் 11,000 ரூபாய் ஆகும். இப்படிப்பட்ட சூட்டிங்குகளும் மாதம் 15 செட்களாவது விற்கத்தான் செய்கின்றன.

'ட்ரோவலைன்' எனப்படும் துணி வகையில் 65% பாலியஸ்டரும், 35% விஸ்கோஸ் எனப்படும் உயர்வகை பருத்தியும் கலந்திருக்கும். மீட்டருக்கு 119 ரூபாயிலிருந்து 200 ரூபாய் வரை விலை.

''காஷுவல் லைன்'' (மீட்டர் 225 லிருந்து 250 ரூபாய்), ''ட்ரஸ் சர்க்கிள்'' (மீட்டர் 250 லிருந்து 300 ரூபாய்) ஆகியவற்றில் பாலியஸ்டரின் அளவு அதிகம் - சுமார் 80 சதவீதம். இதில் ஐந்திலிருந்து பத்து சதவீதம் கம்பளியும் கலந்திருக்கும்.

டெரிவூல் துணிகளுக்கு டிமாண்ட் அதிகம். 55 சதவீதம் பாலியஸ்டரும் 45 சதவீதம் கம்பளியும் கலந்துள்ள இந்தத் துணியின் விலை மீட்டருக்கு சுமார் 300 ரூபாய். உட்காரும் போது பேண்ட்டில் முட்டிக்குக் கீழ்ப்புறம் மடியுமில்லையா, அங்கே கூட சுருக்கங்கள் தோன்றுவதில்லை டெரிவூல் துணியில்.

முன்பு 'ஸஃபாரி' மோகம் சென்னை மக்களிடையே நிறைய இருந்தது. இப்போது அது குறைந்து விட்டது. கோடைக் காலத்துக்கான காஷுவல் உடையாக அதைப் பலர் கருத ஆரம்பித்து விட்டனர். ஒரு செட் ஸஃபாரியின் விலை 700லிருந்து 1500 வரை. இப்போது மணமகன்கள் ஸஃபாரியில் காட்சி தருவதை விட, சூட்டிங்கில் தோன்றவே பிரியப்படுகிறார்கள். ஒரு சூட் செட்டின் விலை 2800லிருந்து 6000 ரூபாய் ஆகிறது.

பெரும்பாலும் ஆண்கள் தங்கள் பாண்ட் மற்றும் சூட்டிற்குத் தேர்ந்தெடுக்கும் வண்ணங்கள் நீலம், க்ரே, ஸ்டீல்-க்ரே ஆகியவைதான். சட்டைகளைப் பொறுத்த வரை செல்ஃப் கோடு மற்றும் கட்டங்கள் போட்டவை அதிகம் விற்கின்றன.''

தீபாவளி சமயத்தில் விற்பனை அறுபது சதவீதம் அதிகரிக்குமாம். இத்தனைக்கும் இவர்கள் தள்ளுபடி அளிப்பதில்லை. ஆனால் ஐந்து ரூபாயிலிருந்து நூறு ரூபாய் வரை மதிப்புள்ள வெகுமதிப் பொருள்களை வாங்கும் துணிகளின் மதிப்புக்கேற்ற படி கொடுக்கிறார்கள்.

சிறுவர்களுக்கான ஆடை வகைகளின் (சிறுமிகளுடையதை விட) ரேஞ்ச் குறைவு தான். ''பெண் பிறந்திருந்தாலாவது விதவிதமான உடைகள் உடுத்திப் பார்த்து மகிழலாம் என்று ஆண் பிள்ளைகளை மட்டும் பெற்ற தாய்மார்கள் பெருமூச்சு விடுவதை துணிக் கடைகளுக்கு அருகில் நிறைய கேட்கலாம்.

பருத்தி வகைகளைத்தான் பெரும்பாலான பெற்றோர்கள் தங்கள் மகனுக்கு வாங்குகிறார்கள். உடலுக்கும் இது நல்லது. பருத்தி ஆடைகள் விலை குறைவானவை என்ற கருத்து உண்டு. ஆனால் ஓரளவு பளிச்சென்றும் டிசைனோடும் இருக்கும் சிறுவர்களுக்கான பருத்தி ஆடைகளின் விலை சுமார் 200 ரூபாய்.

பாபாசூட்களுக்கு எப்போதுமே சீரான டிமாண்ட் உண்டு. 'ராம்பஸ்' என்ற (தோள்) பட்டைகள் குறுக்குவாட்டில் செல்லும் உடைக்கு இப்போது கூடுதல் மதிப்பு. அமெரிக்க கூட்டு தயாரிப்பான 'ஹெல்டெக்ஸ்' என்ற பிராண்டை சிறுவர்கள் உடையில் அறிமுகப்படுத்தி இருக்கிறோம். இதற்கு நல்ல வரவேற்பு இருக்கிறது என்றார் சென்னையில் உள்ள 'லிட்டில் கிங்டம்' கடையின் விற்பனைப் பிரிவில் உள்ள திரு. டெல்ட்ரக்ஸ். ஐந்து வருடங்களாக இயங்கும் இக் கடையில் பருத்தி ஆடைகள் மட்டுமே விற்பனை செய்யப்படுகின்றன.

சிறுவர்களுக்கும் இப்போது பேகி, ஜீன்ஸ் எல்லாம் வந்து விட்டன. பூ வேலைகள் செய்த டீ சர்ட்டுகள் கூட அறிமுகமாகி விட்டன. இவற்றின் விலை 100 ரூபாயிலிருந்து 600 ரூபாய் வரை.

''டியர் சன்'' என்ற புதுவகை பிராண்டில் பேண்ட், சர்ட் ஆகியவை பொருத்தமான கலர்களில் செட்டாகவே விற்பனைக்கு வந்திருக்கின்றன. விலை சுமார் 500 ரூபாய். பெர்முடா ஷார்ட்ஸ் என்பவை சிறுவர்களுக்காக அறிமுகப்படுத்தப்பட்டவை தான். இப்போது பெரியவர்களுக்காகவும் தயாரிக்கப்படுகின்றன என்பது வேறு விஷயம். சற்று ஓரசாக முழங்கால்வரை நீண்டிருக்கும் இந்த வகை ஆடை வீட்டில் அணிந்து கொள்ள சௌகரியமானவை நிறைய வண்ணங்களிலும் டிசைன்களிலும் கிடைக்கின்றன என்பதும் இன்னொரு சிறப்பு.

டி சர்ட் போன்ற பனியன்களும் இப்போது நிறைய விற்கின்றன. காற்றோட்டம், விலை குறைவு ஆகியவற்றை விட, இந்த பனியன்களில் காணப்படும் வாசகங்கள் தான் (சில உதாரணங்கள் ''வி ஆர் நியூ கிட்ஸ்'', ''ஐ ஆம் தி சாம்ப்'', ''மேன் அண்ட் சூப்பர் மேன்'') இவற்றின் விற்பனை உயர்வுக்கு முக்கிய காரணமாகும்.

– ஜி.எஸ்.எஸ்.



தீபாவளிக்கு...

சோமாஸுக்குள் வைக்கும் பூரணத்திற்கு ரவை, பொட்டுக் கடலை மாவு முதலியவற்றுக்குப் பதிலாக நன்கு முற்றிய தேங்காய்த் துருவலை நன்கு வறுத்துக் கொண்டு, கொஞ்சம் எள், கசகசாவையும் வறுத்து, சர்க்கரையை இடித்து அதனுடன் கலந்து செய்யப்படும் சோமாசு நல்ல ருசியுடன் இருக்கும்.

- சந்திரலேகா



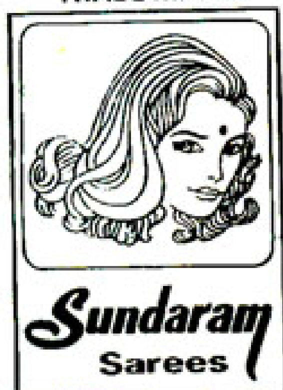

Delicate... feminine... romantic





An international fragrance
now in India.

Mktd. by Bond Street, Regent Chambers, Nariman Point, Bombay 400 021 under licence of Yardley & Co., London.



Sundaram
Sarees

சமையலறை மருத்துவரைச் சந்திப்போமா!

சின்னச் சின்ன நோய்கள் : ஜலதோஷம், வயிறு சம்பந்தப் பட்ட உபாதைகள், தலைசுற்றல், தலைவலி, இருமல், தொண்டைக் கோளாறுகள், கை, கால், உடல் வலி இப்படிச் சின்னச் சின்ன நோய்களுக்கான மருந்தகம் நம் சமையலறைதான். 'கையில் வெண்ணெயை வைத்துக் கொண்டு நெய்க்கு அழுதாளாம்' என்பது போல நாம் அன்றாடம் வீட்டில் உபயோகிக்கும் மிளகு, சீரகம், கடுகு, இஞ்சி, பூண்டு, மஞ்சள், வெல்லம், எலுமிச்சை போன்றவைகளைக் கொண்டே எளிமையான, சுலபமான முறையில் அதிக செலவின்றி மருந்து தயாரித்துக் கொள்ளலாம்.

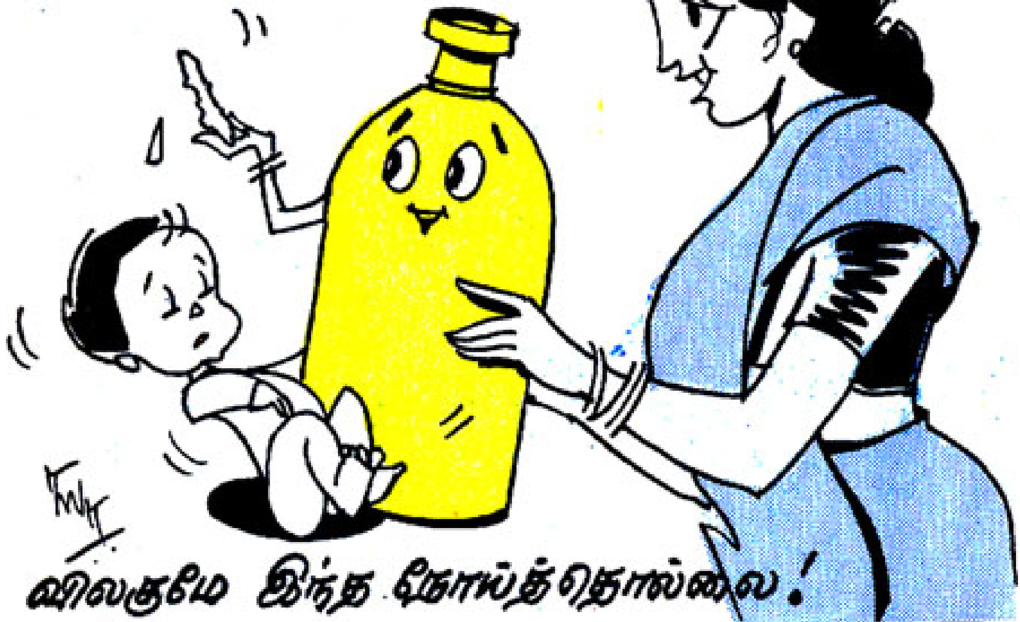
மருத்துவரிடம் சென்று பணத்தைச் செலவழித்து, அலைச்சல் பட்டு, மன அமைதி குன்றி நிற்காமல், பதிமூன்று குழந்தைகள் தானும் பெற்று, மற்றவர்களுக்கும் தன் பத்தொன்பதாவது வயதிலிருந்தே பிரசவமும் வீட்டு வைத்தியமும் பார்த்த மறைந்த திருமதி சுப்புலக்ஷ்மி நரசிம்மனும் அவர்களின் மூத்த மகள் குமாரி சுப்புலக்ஷ்மியும் (சுபஸ்ரீ) இவரது சகோதரி ஆயுர்வேத வைத்தியர் திருமதி புச்சம்மா மகாலிங்கமும், வீட்டு வைத்தியத்திலே மிகச் சிறந்த நிபுணர்கள். இவர்களுடனேயே இருந்து கற்றுக் கொண்டு அக்கம் பக்கத்தினருக்கும் உதவும் இவரது சித்தி திருமதி மீனாட்சி நரசிம்மனும் அத்தை கல்லிடைக் குறிச்சி திருமதி கிருஷ்ணவேணி வெங்கட சுப்பிரமணியமும் நமக்குப் பல மருந்துகள் தயாரிப்பினைப் பற்றி விளக்குகின்றார்கள். செய்வதும் சுலபம்தான் என்பதைப் படித்தால் புரிந்து கொள்ளலாம்.

சுப்புலக்ஷ்மி அவர்களே ஒரு சீரியஸான இருதய நோயாளி. அவர் தனக்கு ஏற்படும் நோய்களுக்குத் தானே மருந்து தயாரித்து சாப்பிடுகிறார்.

''முப்பது நாள் குழந்தையான எனக்கு மூச்சுத் திணறல் ஏற்பட்டதும் டாக்டரை அழைத்து வந்ததும் அவர் பார்த்து விட்டு இதயம் பலஹீனமாக இருப்பதால் கையில் ஏந்தி பால் கொடுக்காமல் தாய்ப் பாலை எடுத்து பஞ்சிலே நனைத்து வாயில் சொட்டி விடுங்கள். எத்தனை நாள் இருக்குமோ தெரியாது என்றார். காய்ச்சிய விளக்கெண்ணெயில் விரலி மஞ்சள் அரைத்த விழுதை 'சுர்' என சத்தம் வரும்படி கலந்து இறக்கி அதை நாக்கில் தடவினால் எப்படிப்பட்ட சளியும் வெளிவந்து விடும். மூச்சுத் திணறிய எனக்கு இதுதான் மருந்து. கையில் தொட்டு



விரளியோடு விளக்-கெண்ணெய்



விலகுமே இந்த நோய்த் தொல்லை!

எடுத்தாலே பிராணன் போய் விடும் நிலையில் இருந்த நான் இன்று ஐம்பத்தேழு வயதில் கல்லுருண்டு போல இருக்கிறேன் என்றால் என் தாய் செய்த வீட்டு வைத்தியம்தான்.

டாக்டர்களே வியக்கிறார்கள். சர்ஜரி செய்ய முடியாமல் அயோட்டா என்ற Blood Vessal லில் சதை வளர்ந்துள்ளதால் எந்த நேரமும் 'இறப்பு' இருக்கலாம் என்று டாக்டர்கள் எப்போதோ சொல்லி விட்டனர். என் தாய் தந்த ஊக்கத்தால் பள்ளியிறுதி படிப்பை முடித்து, மகாத்மா காந்தி சேவா சமிதி (வை. மு. கோதைநாயகி ஏற்படுத்தியது 1948-ல்) அங்கத்தினராக இருந்து சமூக சேவை செய்தும் அவர்கள் நடத்திய பள்ளியில் ஆசிரியையாகவும் பணிபுரிந்தேன். திருமணம் என்ற நினைப்பே வரவில்லை. அம்மாவுடன் கூடவே இருந்ததால் கை வைத்தியமும் கற்றுக் கொண்டேன்.

கர்ப்பம் தரித்த நாளிலிருந்து மூப்பு வரை நாம் ஆரோக்கியமாக இருக்கத் தேவையான உணவுகளையும், சிறு உபாதைகளைத் தடுக்கும் மருந்தினையும் அவர் கூறுகிறார் :

கர்ப்பம் தரித்தவுடன் கடைப்பிடிக்க வேண்டியது :

ஆரோக்கியமான குழந்தையைப் பெற சில விதிமுறைகளைக் கடைப்பிடித்தல் அவசியம்.

1. மாதவிலக்கு தள்ளிப் போனவுடன் சிலருக்கு மசக்கை, வாந்தி ஏற்படும். காலையில் வெறும் வயிற்றில் எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்து, அதில் ஒரு சொட்டு இஞ்சிச் சாறு சேர்த்துக் குடிக்க வேண்டும்.

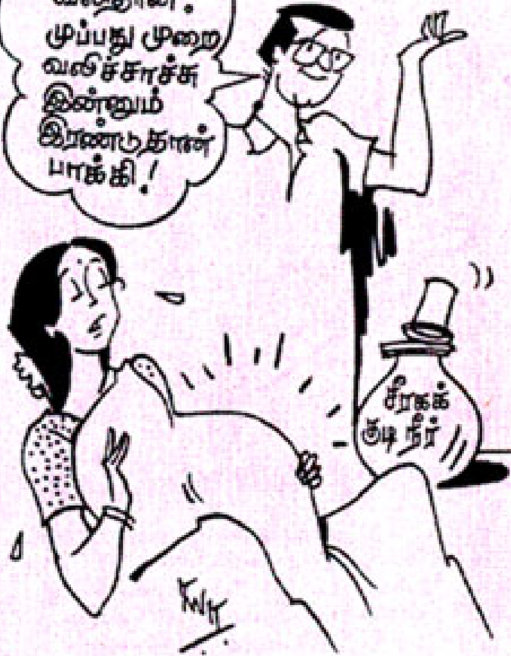
2. சீரகத்தைப் பொடி செய்து வாயில் போட்டு மெல்லலாம்.

3. சாப்பிட மட்டும் பிடிக்காவிட்டால் வறுத்த சீரகப் பொடியுடன் துளி உப்பு சேர்த்து, காய்ச்சிய நெய்யுடன் கலந்து சாப்பிட்டால் ருசியாக இருக்கும். ஜீரணமாகும்.

கண்டிப்பாக மாங்காய், சாம்பல், விபூதி, விக்ஸ் இவற்றைச் சாப்பிடக் கூடாது. பிறக்கப் போகும் குழந்தைக்கு ரத்தம் ஊறாமல் ரத்த சோகை ஏற்படும். மிகவும் சீதள (குளிர்ச்சி) உடம்புள்ளவர்கள் எலுமிச்சை சேர்க்கக் கூடாது. தண்ணீர் குடிக்கும் போது ஜீரகத்தைப் போட்டு கொதிக்க வைத்துதான் குடிக்க வேண்டும்.

நாற்பது நாட்கள் ஆனதுமே வெது வெதுப்பான நீரில்தான் குளிக்க வேண்டும். குளிர்ந்த அல்லது மிகச் சூடான நீர் குழந்தையைத் தாக்கும். நாற்பது நாட்கள் முதல் தொண்ணூறு நாட்கள் வரை அலைச்சல், பிரயாணம் கூடாது. கருச்சிதைவு ஏற்படும். காரம் குறைக்க வேண்டும். மிளகாய்க்கு பதில் மிளகு சேர்க்கலாம்.

ஐந்து மாதம் ஆகி விட்டால் குழந்தை வளைய வரும் போது வயிற்றில் இழுத்துப் பிடித்துக் கொண்டு வலி வரும். விளக்கெண்ணெயைக் காய்ச்சி வெந்தயத்தைப் போட்டுப் பொரித்தெடுக்க வேண்டும். அந்த எண்ணெய்யை தொப்புளில் சிறிது ஊற்றி, தொப்புளைச் சுற்றித் தடவி ஊறியதும் வெது



தினமும் வெந்நீரில் தேன் விட்டுக் குடித்தால் குழந்தைக்கு ரத்தம் விருத்தியாகும். கர்ப்பிணிகள் வயிறும் கனக்காமல் இருக்கும். குனிந்து நிமிர்ந்து வேலை செய்து, வாக்கிங் போய், நேரத்துக்கு உணவருந்தி இறையுணர்வுடனும், நல்ல சிந்தனையுடனும் இருந்தால் குழந்தைகள் புத்திசாலிகளாகவும், படிப்பாளிகளாகவும் இருப்பார்கள் என்பதை உண்மையாக்கும்படி என் எல்லாக் குழந்தைகளும் நிருபித்துள்ளனர் என்கிறார் மீனா.

False Pain என்று வரும் பிரசவ வலிக்கு முன்னதாக, சீரகம் போட்டுக் கொதிக்க வைத்த நீரைக் குடித்தால் அடங்கி விடும். உண்மையான வலியாக இருந்தால் முப்பத்தி இரண்டு வலிகள் அடுக்கடுக்காக வரும் என்பாள் என் அம்மா. ஒரு சமயம் நான் வீட்டு வாசலில் கோலம் போட்டுக் கொண்டிருந்தேன். எதிர் வீட்டுப் பெண் கர்ப்பிணி. கோலத்தில் ஈடுபாடு கொண்டதால் இடுப்பில் கை வைத்துக் கொண்டு முகத்தில் வேதனையுடன் வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள். அவளுக்கு சாதாரணமாக விரைவில் பிரசவமாகி விடும். என் அம்மா அவளிடம் வீட்டுக்குப் போ உனக்கு இப்போது பிரசவமாகி விடும் என்று கூட்டிக் கொண்டு உள்ளே சென்றாள். நான் டாக்டர் சேஷம்மாவை அழைத்துச் சென்றேன். முகம், கை, கால்களைக் கழுவிக் கொண்ட உடனே வலி ஏற்பட்டது. முருகா என்று மூன்று முறை சொல்லி முடித்தாள். அம்மாவும் முப்பத்தி இரண்டாவது வலியைக் கணக்கிட்டாள். தலை வந்து விட்டது. அம்மா கணக்கு தப்பியதே இல்லை. பிறகு டாக்டர் வந்து மற்ற சிகிச்சையை செய்தார்.

வெதுப்பான நீரில் குளிக்க வேண்டும். இரவில் தடவிக் கொண்டு காலையிலும் குளிக்கலாம்.

இரவு சாப்பாடு விரைவாக முடித்துக் கொள்ள வேண்டும். புளிப்பு அதிகம் சாப்பிடக் கூடாது. பலாப் பழம் கண்டிப்பாக சாப்பிடக் கூடாது. ஜீரணமாகாது. பிரசவம் கஷ்டமாகும். வலிப்பு, ஜன்னி கூட வந்து விடும்.

ஆறு மாதத்துக்கு மேல் உப்பைக் குறைக்க வேண்டும். உப்பு நீரில் அதிகமானால் கை கால், முகம் வீக்கம் ஏற்படும். வலிப்பு வரும். வெறும் வயிற்றில் குறுந்தொட்டி வேர் போட்ட நீர் குடிக்கலாம். ''ஆயிரம் மருந்து செய்வதை இந்த வேர் தீர்க்கும்'' என்பார்கள். சீரகம் அரை ஸ்பூன் போட்டு கொதித்த நீரைக் குடித்தால் நீர் பிரியும். 'சுகப் பிரசவம்' ஆகும். என்னுடைய ஆறு குழந்தைகளும் கொழுகொழுவென ஆரோக்கியமாகப் பிறந்ததற்குக் காரணம் நான் இவற்றைக் கடைபிடித்ததுதான் என்கிறார் மீனாட்சி நரசிம்மன்..ஆயுர்வேத மருந்தான மாதுளங்க ரசாயனம் இரண்டு வேளை, இரண்டு ஸ்பூன் அருந்தி வந்தால் குழந்தை நல்ல வளர்ச்சி அடையும்.

குழந்தை பிறந்ததும் கஸ்தூரியை வெற்றிலையில் வைத்து உடனே உள்ளுக்குக் கொடுத்தால் வயிற்றில் எஞ்சியுள்ள நீர், அழுக்கு வெளி வந்துவிடும். சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கருன் சீரகம், கண்டத்திப்பிலி, சித்திரத்தை, அக்கரை, பெருஞ்சீரகம், அதிமதுரம் இவை ஒன்பதையும் வறுத்துப் பொடி செய்து வைத்திருப்போம். மிகச் சிறந்த பிரசவ மருந்து. இஞ்சியைத் தட்டி தோல் நீக்கி நீர் விட்டு வைத்து, நீர் தெளிந்ததும் எடுத்து பனை வெல்லம் சேர்த்து பத்து நாட்கள் கொடுப்பார்கள். வயிற்றை சுத்தம் செய்து, கர்ப்பப் பை புண்ணை ஆற்றி, ஜீரணம் செய்ய உதவும் மிகச் சிறந்த பொடி.

நாற்பது நாட்கள் கண்டிப்பாகப் பத்தியம் இருக்க வேண்டும். மிளகு, சீரகம்



பொடி செய்து புளி சேர்க்காத ரசம், பிஞ்சுக் கத்தரி, புடலை, அவரை வதக்கல்கள், அரைக் கீரை மட்டும் சேர்க்கலாம். ஏழாம் நாளிலிருந்து புளியை கட்டு ரசம் வைப்பர். காய்ச்சிய நெய் நல்லது. ஒருவேளை சாப்பாடு, இரவு கஞ்சி, மதியம் ரொட்டி, இரண்டு தோசைகள் மட்டும்தான் உணவு. சுக்கைத் தட்டிப் போட்டு ஆறிய வெந்நீர் தான் குடிக்க வேண்டும். நிறைய வெற்றிலை போட்டுக் கொள்ள வேண்டும். வெற்றிலை ஜீரணத்துக்கும், கொட்டைப் பாக்குத் தூள் வயிறு புண் ஆற்றவும், சுண்ணாம்பு கால்ஷியம் என்றும் தினமும் நிறைய சேர்ப்பார்கள். குளிமுறை எண்ணெயில் பூண்டு, மிளகு, மிளகாய், இஞ்சி, சீரகம் தட்டிப் போட்டுக் காய்ச்சி உடம்பிலும் தடவினால் தண்ணீர் எண்ணெயை மீறி உள்ளே உடம்பில் இறங்காது. அலுப்பும் தீரும். ஒன்பது பொடி கலவையை பனை வெல்லம் சேர்த்து நெய்யும் ஊற்றி 'பிடிகாயம்' உருண்டை செய்து கொடுப்பார்கள். சாதாரணமாக ஏற்படும் உடம்பு வலிக்கே நாம் இதைச் சாப்பிடலாம்.

தாய்ப்பால் பெருக பூண்டு மிகவும் உதவும். பூண்டை உரித்து நெய்யில் வதக்கி அரைத்துக் கருப்பட்டியுடன் ஒன்பது பொடி கலவை சேர்த்து சாப்பிட்டு விட்டு, வெற்றிலை போட்டுக் கொண்டு தூங்கி விட்டால் நன்கு தாய்ப்பால் ஊறும். அஜீரணம் வாயுத் தொல்லை வராது. குளிக்காத முறையன்று (குளிமுறை நாளுக்கு மறுநாள்) பூண்டை உரித்து வைத்துக் கொண்டு கலந்து இரண்டு ஊத்தப்பம் செய்து சாப்பிடுவார்கள். பூண்டை வேகவைத்து, அரைத்து மசித்து கடுகுடன் சேர்த்து தேவையான உப்பு சேர்த்து அடுப்பில் வைத்து இரண்டு கொதி வந்ததும் இறக்கிச் சாப்பிட்டால் இடுப்புக்கு மிக நல்லது. கடுகு சேர்த்தால் அல்சர் வராது. ''உல்லி செயாதது தல்லி செயது' என்பது பழமொழி. (பூண்டு செய்வதை தாய் கூட செய்ய மாட்டாள்) பூண்டின் அருமையை இதிலிருந்தே அறியலாம்.

ஜலதோஷம் :

ஒரு வயதுக்குள் குழந்தைக்கு ஜலதோஷம் வந்தால், தாய்ப்பாலில் குங்குமப் பூவைக் கலந்து பற்று போடுவது நல்லது. சிறிது துளசி சாற்றைத் தேனுடன் கலந்து புகட்டலாம். பன்னிரண்டு வயது வரையுள்ள குழந்தைகளுக்கு விரலி மஞ்சளை இழைத்துத் துளி சுண்ணாம்பு கலந்து, நன்கு கொதிக்க வைத்துப் பற்றுப் போடலாம். பெரியவர்கள் ஓமத்தை சிறு துணியில் மூட்டை கட்டி வைத்துக் கொண்டு உறிஞ்சலாம். மிளகை அரைத்து சூடான பற்றுப் போடலாம்.

PEE PEE

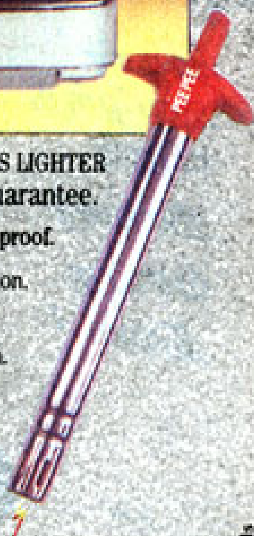
RANGE OF PRODUCTS.

PUTTING HEART AND SOUL IN PERFECTION!

CEILING FAN
LIGHT WEIGHT AUTOMATIC IRON
ELECTRONIC GAS LIGHTER.

ELECTRONIC GAS LIGHTER

- ★ One year guarantee.
- ★ Complete rust proof.



CEILING FAN

- ★ 5 years guarantee.
- ★ Designed for better performance with minimum power consumption.
- ★ Double ball bearings for smooth running.
- ★ Aerodynamically designed to regulate fresh air – a unique creation.

LIGHT WEIGHT IRON

- ★ Light weight Automatic Iron with ISI mark.
- ★ One year guarantee.
- ★ Specially made with TEFLON double coating.

PEE PEE APPLIANCES (P) LTD.,

378, MINT STREET, MADRAS 600 079. Ph.: 5229919, 5229161.

madhu ads

பொதுவான வயிற்றுக் கோளாறுகள் :

1. *வயிற்றுக் கடுப்பு :* இதற்கு வயிற்றில் ஒருவிதமாக வலி வந்து அடிக்கடி மலம் கழிக்க வேண்டும் என்ற உணர்ச்சி ஏற்படும். வெந்தயத்தை வாயில் போட்டுக் கொண்டு, கரைத்த மோரைக் குடிக்க வேண்டும். ஓரிருமுறை லேசாக மலம் போனாலும் இதைச் செய்யலாம்.

2. *வயிற்றுப் போக்கு (பேதி) :* அஜீரணத்தால் இது ஏற்படும். சுக்கு, மிளகு, பெருங்காயம், உப்பு, சீரகம், கறிவேப்பிலை இவற்றை நன்கு வறுத்துப் பொடி செய்து சூடான சாதத்தில் போட்டு ஒரு ஸ்பூன் எண்ணெய், ஒரு ஸ்பூன் நெய் காய்ச்சி அதை ஊற்றிக் கொண்டு சாப்பிட நின்று விடும். மிகவும் தண்ணியாக பேதியானால் டிகாக்ஷன் கெட்டியாகப் போட்டு அதில் உப்பு சேர்த்து, பால் சேர்க்காமல் மூன்று வேளை குடிக்கலாம்.

3. *மலச்சிக்கல் :* கடுக்காயைத் தட்டிப் போட்டு ஒரு ஆழாக்கு நீரை பாதியாக கொதிக்க வைத்துக் குறுக்கி குடிக்க வேண்டும். இதைப் படுக்கும்போதோ, விடியற்காலையோ குடிக்கலாம். சிறு குழந்தையாக இருந்தால் தினமும் இரண்டு அல்லது மூன்று பெரிய காய்ந்த திராட்சையை வெந்நீரில் அரை மணி நேரம் ஊற வைத்து பழத்தை நன்கு பிழிந்து எடுத்து விட்டு நீரைப் புகட்டலாம்.

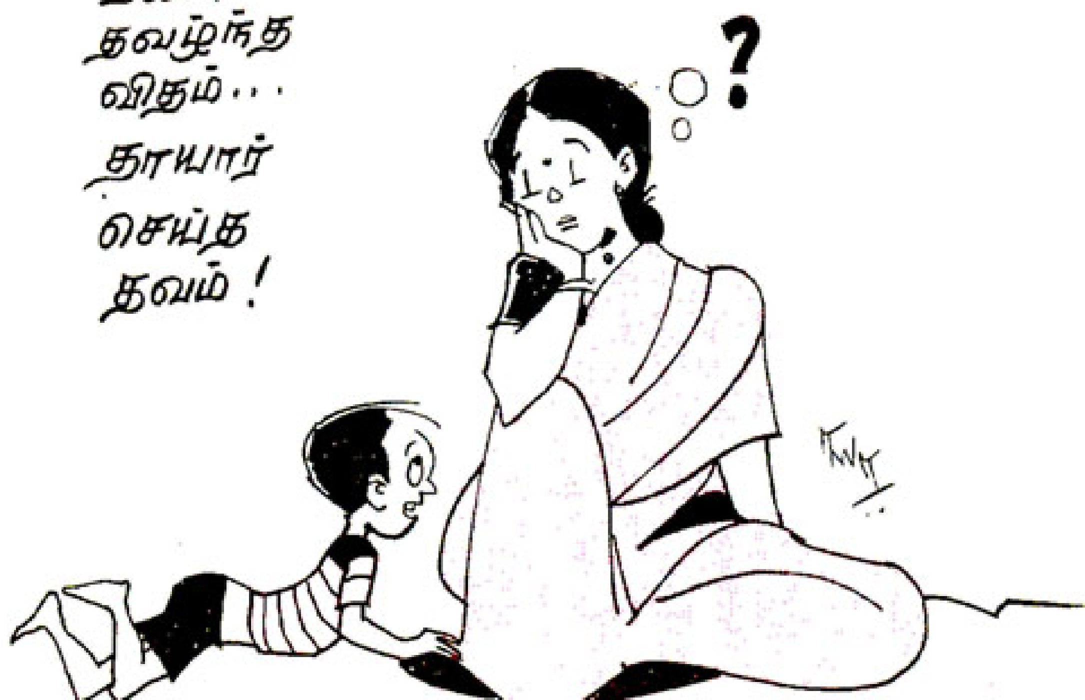
4. *மந்தம் :* சிறு குழந்தைக்கு வயிற்றில் மந்தம் ஏற்பட்டால், வெற்றிலையும் ஓமமும் உள்ளங்கையில் வைத்து, நன்கு கசக்கி சாறு எடுத்து வயிற்றில் தடவி மிக லேசாக சூடு காண்பித்தால் (விளக்கில் கை வைத்து அந்தச் சூட்டை) மந்தம் விலகி பசி எடுக்கும். அந்தச் சாற்றை ஒரு துளித் தாய்ப்பாலுடன் கலந்து உள்ளுக்கும் கொடுக்கலாம்.

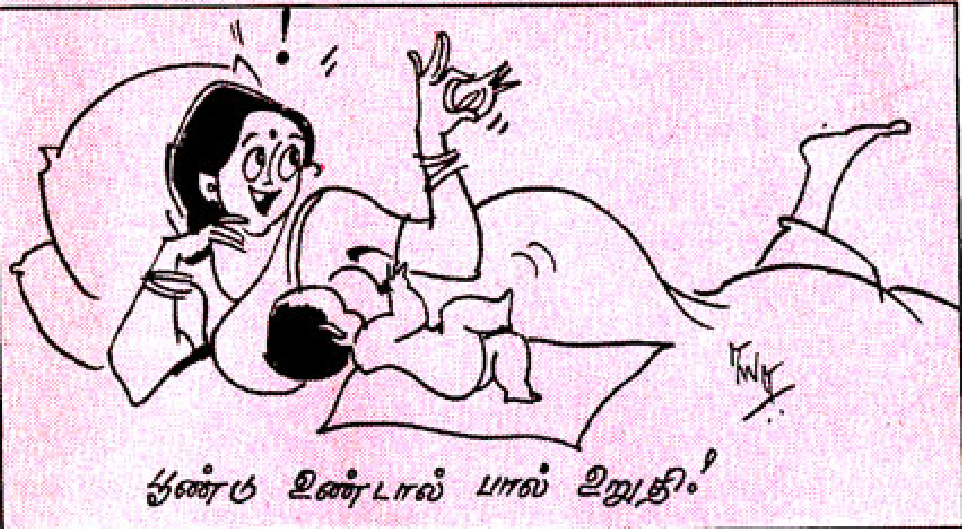
5. *வயிற்றுப் புரட்டல் :* ஓமம், இரண்டு மூன்று வெற்றிலை, பெருங்காயம், சுக்கு சிறு துண்டு இவற்றுடன் சமையல் சோடா ஒரு சிட்டிகையும் சேர்த்து வாயில் போட்டு மென்று தின்ன வேண்டும். குழந்தைக்கு சோடாவுக்குப் பதில் ஒரு பல் பூண்டுடன் அரைத்து வெந்நீரில் கலக்கி கொடுத்தால் நல்லது. வாந்தி ஏற்பட்டாலும் இதை உபயோகிக்கலாம்.

6. *வாந்தி :* பித்த வாந்தி என்றால் ஒரு மூடி எலுமிச்சம் பழத்தைப் பிழிந்து, துளி சோடா சேர்த்து தேன் விட்டுக் குடிக்கலாம். கர்ப்பிணிகளுக்கு எலுமிச்சையுடன் தேன் கலந்து கொடுக்கலாம். வறுத்த ஜீரகப் பொடியுடன் உப்பு சேர்த்து சாதத்தில் சேர்த்துச் சாப்பிடலாம்.

7. *வயிற்றுவலி :* சூட்டினால் ஏற்படும் வலியாக இருந்தால் தொப்புளைச் சுற்றி ஒரு ஸ்பூன் விளக்கெண்ணெய் அல்லது நல்லெண்ணெய் தடவி தொப்புளுக்குள்ளும் விடலாம்.

8. *தலைசுற்றல் :* பித்தத்தினால் தலை சுற்றல் ஏற்படும். எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்து, இஞ்சி சாற்றுடன் குடிக்கலாம். இஞ்சியைத் தட்டி நீரில் போட்டு தெளிந்தவுடன் நீரை





எடுக்க வேண்டும். அடியில் தங்கும் சுண்ணாம்பு போன்ற பொருள் உள்ளே போகக் கூடாது. அதை நெற்றியில் இரு பக்கப் பொட்டிலும் தடவ தலைசுற்றல் நிற்கும். இஞ்சி, வெல்லம், சீரகம் மிக நல்லது. அரைத்த இந்தக் கலவையை காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு உருண்டைச் சாப்பிட வேண்டும். களைப்பினால் தலைசுற்றல் ஏற்பட்டால் எலுமிச்சைச் சாற்றுடன் உப்பு, சர்க்கரை, நீர் சேர்த்துப் பருகலாம். வெய்யிலில் அலைய வேண்டியவர்கள் இதைக் கட்டாயம் பருக வேண்டும்.

குழந்தைக்கு உண்டாகும் இழுப்பு எனும் இசிவு நோய் :

குழந்தைக்கு இழுப்பு வந்து கைகால் உதறி பல்கிட்ட ஆரம்பிக்கும். உடனே காயப்படுத்தாத சிறு பென்சில் அல்லது கட்டையை இரு பல் வரிசைக்கு நடுவே வைத்து விட வேண்டும். பிறகு இஞ்சியைத் தட்டி சாறு எடுத்து சர்க்கரை சேர்த்துப் புகட்டி விட வேண்டும். பூண்டைத் தட்டி ஒரு துணியில் கட்டி விளக்கில் காட்டினால், அதிலிருந்து ஒரு எண்ணெய் வடியும். அதை உள்ளங்கை, உள்ளங்கால், விலா முதலிய இடங்களில் தடவ வேண்டும். வேப்பெண்ணெயும் தடவலாம். சிறு குழந்தைகள் இருக்கும் வீட்டில் இந்த எண்ணெயை வைத்திருப்பது நல்லது.

தொண்டைப் புண் :

பனங்கற்கண்டுடன் வறுத்த சீரகத்தையும் சேர்த்து மென்று தின்று விட்டு சிறிது நேரம் கழித்து வெந்நீர் குடிக்க வேண்டும்.

தொண்டைக் கட்டு :

ஜலதோஷத்தினால் தொண்டை கட்டிக் கொண்டால் மிளகைப் பொடி செய்து, ஒரு ஸ்பூன் நெய்யைச் சூடு செய்து அதில் மிளகுப் பொடியை சேர்த்துக் குடித்தால் தொண்டைக் கட்டு விலகும். இரவு படுக்கும் போது காய்ச்சிய பாலில் இரண்டு மிளகு தட்டிப் போட்டு, மஞ்சள் பொடி இரண்டு சிட்டிகை சேர்த்துக் குடித்தால் புண் ஆறும். மூன்று நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிடலாம்.

மேலும் சில சிறு உபாதைகள் :

1. கை, கால் குடைச்சல் ஏற்பட்டால் வெற்றிலையையும், சுண்ணாம்பையும் சேர்த்துக் கசக்கி சாறெடுத்து தடவ உடன் குணமாகும். முருங்கை இலையுடன், உப்பு சேர்த்துக் கசக்கி சாறெடுத்துத் தடவலாம்.

2. வேப்பம் கொழுந்து ஒரு பிடி எடுத்து அத்துடன் ஒரு துண்டு சுக்கும், சிறிது ஓமமும் வைத்து அரைத்து மூன்று உருண்டைகளாக உப்பில் தோய்த்து, காலையில் வெறும் வயிற்றில் கொடுத்தால் பூச்சிகள் அழியும். மாதம் ஒருநாள் அனைவரும் சாப்பிடலாம். பூச்சி சேராது. குளிக்கும் நீரில் வேப்பிலையை உருவிப் போட்டு சிறிது நேரம் கழித்துக் குளித்தால் சரும நோய் வராது. இன்பெக்ஷன் ஆகாது. பிரசவம், அம்மை கண்ட குளிமுறைகளுக்கு வேப்பிலை ஜலம் விடுவார்கள்.

3. உடம்பு வலி இருந்து சோம்பேறித்தனமாக இருந்தால் சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், தனியா இவற்றை வறுத்துப் பொடி செய்து வைத்துக் கொண்டு, கருப்பட்டி அல்லது பனை வெல்லத்தை நீரில் கலந்து

"சினிமா நட்சத்திரங்களுக்கு
கூந்தல் பிரச்சனையே
இல்லைனு யார் சொன்னது?

என்னோட கூந்தல் கூட
நுனில உடைஞ்சு போய்
சரியில்லாமத்தான்
இருந்தது...



...நான் அதுக்கு ஸ்பெஷல் கவனிப்பு கொடுக்கறவரை. அதுவும் வீட்டிலேயே!"

"ஸன்ஸில்க் ஸலோன் ட்ரீட்மென்ட்டில் உள்ள புரோட்டீன் & பேந்தனால் தரும் இரட்டைப் பராமரிப்பைக் கண்டு கொண்டேன்".

"எனக்கு நல்லா ஞாபகம் இருக்குது என்னோட கூந்தல் நுனியெல்லாம் பிளவுபட்டிருந்தது. நல்லவேளையா அதை வீட்டிலேயே சரிபண்ண ஒரு நல்ல பொருளை கண்டுபிடிச்சிட்டேன். புதிய ஸன்ஸில்க் ஸலோன் ட்ரீட்மென்ட். இது புரோட்டீன் கூட பேந்தனால்ங்கற ஒரு விசேஷ பொருள் சேர்ந்த 2 இன் 1 ஷாம்பூவாகும்.

உங்களுக்குத் தெரியுமா பேந்தனால் கூந்தலின் ஒவ்வொரு இழையிலும் ஊடுருவி உள்ளே வேலை செய்கிறது. அதனால கூந்தலோட வெளிப்புறம் அற்புதமான பளபளப்பு பெறுது. நிஜமாவே ஸலோன் அழகு. நீங்களும் இதப் போட்டுப் பாருங்க. அப்புறம் பாருங்க இது எப்படி உங்கள் கூந்தல அழகா மாத்துதுன்னு."

புரோட்டீன் & பேந்தனால் இரட்டை பராமரிப்பு
உள்ளே ஊட்டமளித்து தரும் உறுதி.
வெளியில் அற்புதமான பளபளப்பு



பிளவுபட்ட நுனிகள் கூந்தல் அதிகமாக பழுதடைந்திருப்பதன் அறிகுறி. எனவே இதில் கவனம் செலுத்தாவிட்டால் கூந்தல் உதிர்ந்துபோக வாய்ப்புண்டு.

ஸன்ஸில்க் ஸலோன் ட்ரீட்மென்ட் இரு நிலைகளில் செயல்புரிகிறது. பேந்தனால் எனும் சாதனைக் கண்டுபிடிப்பு கூந்தலினுள் ஊடுருவி ஊட்டமளிக்கிறது. அதே சமயம் ஒரு விசேஷ ஃபார்முலா கூந்தலின் வெளிப்புறம் மிருதுத் தன்மையை அளிக்கிறது. இதனால் ஒவ்வொரு இழையும் அடிமுதல் நுனிவரை பளபளக்கிறது. தொடர்ந்து உபயோகித்தால் கூந்தல் சேதமடைவது வெகுவாய் குறையும்.





பலன்கள்: பிளவுபட்ட நுனிகள் பிரச்சனை மறையும். உறுதியான, மென்மையான, பளபளப்பான, அழகாய் படியும் கூந்தல். நிஜமாகவே ஸலோன் அழகு கூந்தல்.

உங்கள் கூந்தலுக்கு தேர்ந்தெடுங்கள் நிபுணர் பராமரிப்பு

ஷாம்பூ வகை	கூந்தல் வகை	தரும் பலன்கள்
பிங்க் ஸன்ஸில்க் புரோட்டீன் பேந்தனால் ஷாம்பூ	பிளவுபட்ட நுனிகள் சேதமான கூந்தல்	பிளவுபட்ட நுனிகளை சரி செய்ய உதவுகிறது
பச்சை ஸன்ஸில்க் விட்டமின் E பேந்தனால் ஷாம்பூ	உறுதியற்ற சாதாரண கூந்தல்	கூந்தலுக்கு உறுதி தருகிறது
இன்டென்சிவ் கேர் கண்டிஷனர் பேந்தனால் ஷாம்பூ	உலர்ந்த சொரசொரப்பான சிக்கலான கூந்தல்	சேதத்திலிருந்து காத்து கூந்தலை பாதுகாக்கிறது

Meenakshi

ஸன்ஸில்க்
ஸலோன் ட்ரீட்மென்ட்

அழகான கூந்தலுக்கு நிபுணர் பராமரிப்பு.

தேர்ந்தெடுத்த நகரங்களில் கிடைக்கிறது

HTA 1634 TAM

* சுபஸ்ரீ



* மீனாட்சி



* பச்சம்மா



* கிருஷ்ணவேணி



கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி, வடிகட்டிய நீரு டன் பொடியைக் கலந்து குடித்தால் உடல் அலுப்பு நீரும்.

4. சிறு குழந்தைகளுக்கு வசம்பை அரைத்துச் சிறு உருண்டையாக்கி வெற்றி லையில் வைத்து அதை விளக்கில் காட்டி, சிறிது சூடுபடுத்தி தலை உச்சி, உள்ளங் கை, உள்ளங்கால், விலா முழுவதும் தடவ வேண்டும். சிறிது நாக்கில் தடவலாம். அஜீர ணம், மலச்சிக்கல் தடுக்கப்படுவதோடு நினைவாற்றல் பெருகும். வாரத்தில் மூன்று, நான்கு நாட்கள் ஒரு வயது வரை இதைச் செய்யலாம்.

5. சிறு கட்டிகள் வந்து விட்டால், சிறிது சோப்பும், மஞ்சளும் கலந்து கட்டி யில் தடவினால் உடனே உடைந்து விடும்.

6. இடுப்பு வலி, வாயுத் தொல்லை ஏற் பட்டால், நாட்டு மருந்துக் கடையில் சாரணை வேர் கிடைக்கும். அதைச் சிறு துண்டு தண்ணீரில் தட்டிப் போட்டுக் கொதி வரும்போது அரிசி நொய்யும், கைப்பிடி அளவு பூண்டும் போட்டுக் கஞ்சி வைத்து சர்க்கரைப் போட்டு மசித்து சூடாகக் குடிக்க லாம். சிறிது உப்பு போட்டும் குடிக்கலாம். மூன்று நாட்கள் தொடர்ந்து குடித்தால் வாயுத் தொந்தரவே வராது.

7. திடீரென்று மார்பு, வயிறு, இடுப் பில் குத்துவலி ஏற்பட்டால் பெருங்கா யத்தை வெந்நீரில் கரைத்துக் குடித்தால் நின்று விடும். முருங்கை இலை ரசம் வைத் தும் குடிக்கலாம். ஒரு பிடி முருங்கை இலையை புளித் தண்ணீருடன் போட்டு உப்புப் போட்டு கொதிக்க விட வேண்டும். புளி வாசனை போனவுடன் மிளகு, சீரகம், மிளகாய் அரைத்து அதில் ஊற்றி பொங் கியதும் கடுகு தாளித்து இறக்கினால் முருங்கை ரசம் தயார். என் வீட்டு வேலைக் காரி மூன்று நாட்கள் இடுப்புப் பிடித்துக் கொண்டு தவித்தாள். இதை வைத்துக் கொடுத்ததும் உடன் நிவாரணம் ஏற்பட்டது.

8. *மூட்டு வலி :* கக்கை அரைத்துப் பூ சினால் மூட்டு வலி குறையும்.

9. *மூலம் :* கருஞ்சீரகம், சதக்குப்பை இரண்டையும் கருக வறுத்துத் தண்ணீர் விட்டு பாதியாகக் குறுகியதும் குடித்தால் மூலத்துக்கு நல்லது. கப்பிலை உலர்த்திப் பொடி செய்து சாதத்துடன் கலந்து சாப்பிட லாம். கடுக்கா, காணிக்கா, நெல்லிக்காய் மூன்றையும் பொடி செய்து தயிரில் கலக்கி சாப்பிட மூலம் குறையும். வல்லாரை, வெங்காயம் இரண்டும் தினமும் சேர்க்க லாம்.

10. *நீர் சுருக்கு :* என் தம்பியின் ஒன் றரை வயதுக் குழந்தை நீர் பிரியாமல் கஷ்டப்பட்டான். தாய்ப்பால் சிறிது எடுத்து, வெள்ளைத் துணியில் நனைத்து தொப்புளில் அதை வைத்தேன். உடனே நீர்

பிரிந்தது. தாய்ப்பால் கிடைக்காவிட்டால் பர்சைத் தண்ணீரில் நனைத்துப் போடலாம். பெரியவர்கள் இளநீர் குடிக்கலாம். பனங் கற்கண்டை நன்றாகக் கொதிக்கும் நீரில் போட்டுச் சூடாகக் குடிக்கலாம். உடனே நீர் பிரியும்.

11. உள் காயங்கள் : குழந்தைகள் கீழே விழுந்து அடிபட்டால் மேல் காயம் இல்லாமல் உள்காயமாகக்கூட இருக்கும். அதனால் கீழே விழுந்த குழந்தைக்கு பாலு டன் மஞ்சள் பொடி சேர்த்துக் குடிக்க வைத் தால் உள் புண் ஏற்பட்டிருந்தாலும் ஆறி விடும்.

12. மீன் எண்ணெய், கடுகு எண்ணெய் இவற்றைத் தினமும் தேய்த்தால் கால்களுக்கு பலம் உண்டாகும். கால் சூம்பிய குழந்தையை அரிசி கழுவிய நீரில் நிற்க வைத்தால் அல்லது ஆற்று மணலில் நிற்க வைத்தால் காலப்போக்கில் சரியாகி விடும்.

13. விளையாட்டு அம்மை : வெங் காயத்தைத் தட்டி அதனுடன் பச்சை மஞ்ச ளையும் தட்டிச் சேர்த்து அருகில் வைக்க வேண்டும். இது சாஸ்திரம் என்று செய்வார் கள். வெங்காயம் கிருமிகளை தன்னுள் இழுத்துக் கொள்ளும் குணமுடையது. மஞ் சள் கிருமிநாசினியாதலால் இழுத்துக் கொண்ட கிருமிகள் மற்றவர்களைத் தாக்கா மல் தடுக்கும். வெங்காயத்தை எப்போ துமே நறுக்கியோ, உரித்தோ நீண்ட நேரம் வைத்தால் வெளிக் கிருமிகளை இழுத்துக் கொண்டு அழுக்காகி விடும். உடனே உப யோகிக்க வேண்டும்.

14. புண்கள் : சிலருக்குப் புண்கள் வேகில் ஆறுவதில்லை. தேங்காய் எண் ணெய் அல்லது நல்லெண்ணெய் அரை கிலோ எடுத்துக் கொண்டு அடுப்பில் வைத் துப் புகை வரும் போது கால் கிலோ வெங் காயம் நான்கு அரளிப் பூக்களையும் போட்டு ஆறியதும் எலுமிச்சம் பழம் ஒன்றைப் பிழிந்து பாட்டிலில் வைத்துக் கொண்டு உப யோகித்தால் ஆறாத புண்களும் ஆறும். பூச்சிக் கடிக்கும் உபயோகிக்கலாம்.

தற்போது குழந்தைகளுக்கு நினைவாற் றல் அதிகம் தேவை. படிப்பு சுமை அதிகம். வசம்பு அதற்கு வழி செய்யும் என்கிறார். இரவில் படுக்கும் சமயம் அரைத்த வசம்பை கண்டைக்காய் அளவு வெந்நீரில் கலக்கிக் குடித்தால் குழந்தைகளுக்கு நல்ல நினை வாற்றல் இருக்கும். பன்னிரெண்டு வயதுக் குள் இருக்கும் குழந்தைகளுக்கே இது பலிக் கும்.

"அஷ்டா வங்கர அ, தாலிகி தம்புடு சொ,

தாலு கால்வ பெ, தல்ல குட்ல மி

அ - அல்லம் (இஞ்சி) சொ - சொண்டி (சுக்கு) பெ - பெல்லம் (வெல்லம்) மி - மிரிகாலு (மிளகு) இது ஒரு தெலுங்குப் பாடல். இவற்றைக் கலந்து உருண்டை செய்து தினமும் சாப்பிட, வேறு மருந்து களே தேவையில்லை. பறந்து விடும் நோய் கள். தடுத்து விடும் நோய்களை!

தீபாவளி சமாளிப்பு :

ஓர் அடுப்பில் சேமியாவைப் பாலில் வேக வைத்துப் பாயசம் வைத்துவிட்டு, மற்றோர் அடுப்பில் பாலும், சர்க்கரையும் கலந்து வைத்தேன், சீக்கிரம் வேலை முடியுமென்று. பாலும், சர்க்கரையும் கலந்த கலவை படபடவென்று திரிந் தது. கொட்டுவதைத் தவிர வேறு வழியேயில்லை. இருப்பினும் ½ லிட்டர் பாலும், 300 கிராம் சீனியும் கலந்த கலவையைக் கொட்ட மனம் வரவில்லை. அப்படியே வைத்தேன். மறியம் ஒரு யோசனை தோன்ற ஒரு தேங்காயைத் துருவி மிக்சியில் அரைத்து, பால் கலவையில் கொட்டி உருளியில் போட்டு அடுப்பில் வைத்து, நெய் விட்டுக் கிளறி னேன்.பச்சைக் கலர் சேர்த்தேன். ஏலப்பொடிதூவி னேன். சட்டியில் ஒட்டாமல் சுருண்டு வரும் போது நெய் தடவிய தட்டில் கொட்டினேன். துண்டுகள் போட்டேன். 'பால் பர்பி' என்று பெயரிட்டேன். உண்மையில் சூபர்ப் ஆக இருந்தது!

- கமலா

தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்

பட்டு, ஜரிகை விலை சரிவு!
புடவையின் விலையும் குறைக்கப்பட்டுள்ளது



திருபுவனம்

பட்டு கூட்டுறவு சங்கம் லிட். Z.322

திருபுவனம் - 612 103 தஞ்சை மாவட்டம்

☎ 20868 KMB, 22374 KMB

கிளைகள்: 96, தெற்கு ஆவணி மூல வீதி, **மதுரை-1.** ★ 135- A கிழக்கு வேலி வீதி, **மதுரை-1.** ★ காவேரி சூப்பர் மார்க்கெட், **தஞ்சாவூர்.** ★ சமங்கலி சில்க் காம்ப்ளெக்ஸ், 464, பெரிய பஜார் தெரு, **திருச்சி - 8.** ★ நெ.7, 2வது அக்ரஹாரம், **சேலம் - 1.** ★ மஹாலக்ஷ்மி சில்க் பேலஸ், 240, மகாத்மா காந்தி ரோடு, **விழுப்புரம்.** ★ ஜனதா கிளாத் ஸ்டோர்ஸ், 23, மெயின் ரோடு, **திண்டுக்கல்.** ★ கடை எண் - 1, பிளாக் நெம்பர் 5, **நெய்வேலி - 3.** ★ மஹாராணி சில்க்ஸ், 103, சின்னையா தெரு, **பட்டுக்கோட்டை,** ★ வள்ளியம்மை பஜார், லாரன்ஸ் ரோடு, **கடலூர் - 2.** ★ எம்.ஜி.எஸ். டெக்ஸ்டைல்ஸ், 662, ஜவகர் பஜார், **கரூர் - 1.** ★ எம்.ஆர் சன்ஸ், ஆசாத் ரோடு, **திருவாரூர்.** ★ ஆறுமுகம் பிள்ளை சன், 253, சர்ச் தெரு, **காரைக்கால் - 2.** ★ 323, WGC ரோடு, **தூத்துக்குடி.** ★ வாஹிது & கோ, தாலுக்கா ஆபீஸ் ரோடு, **அறந்தாங்கி.** ★ முனிசிபல் அங்காடி, தேரடிவீதி, **பாண்டி.** ★ பாலாஜி டெக்ஸ்டைல்ஸ், **விருத்தாசலம்.** ★ தேவகோட்டை ரோடு, **காரைக்குடி.**

அடுத்து பெண்களுக்கே உரிய பிரச்சனைகளான, மாதவிலக்கு, தலைமுடி பராமரிப்பு இவைகள் பற்றிச் சொல்கிறார் திருமதி கிருஷ்ணவேணி வேங்கிடசுப்பிரமணியம்.

1. பரு : பூப்பெய்தும் பருவத்திலே வரும் பெரிய தொல்லை இது. நகம் படாமல் இருக்க வேண்டும். பெருங்காயத்தை சிறிது நீரில் போட்டதும் கரைந்து குழகுழப்பாகி விடும். அதைத் தொடர்ந்து தடவி வந்தால் பருக்கள் உடைந்து விடும்.

2. தலைமுடி : முதலில் பொடுகு, பேன் நீக்கி, அழுக்குப் போக தலைமுடியை அலசிக் குளிக்க வேண்டும். சீரகம், மிளகு அரைத்து பாலைக் கொதிக்க வைத்து இறக்கி அதில் விழுதைக் கலந்து தலையில் தடவி ஊறியதும் குளித்தால் பொடுகு குறையும். உஷ்ணம் தணியும். அதிக உஷ்ணத்தால் முடி கொட்டும். வசம்பை அரைத்துப் பூசி தலையில் வெள்ளைத் துணியைக் கட்டி வைத்தால் இரண்டு மணி நேரம் ஊறியதும் பேன்கள் துணியில் வந்து விடும். காய்ச்சிய தேங்காய் எண்ணெய் அல்லது நல்லெண்ணெயைக் காய்ச்சி கருப்பு மூக்குப் பொடியைக் கலந்து தேய்த்துக் குளித்தால் பேன்கள் ஒழியும். பொடுகு, பேன்கள் குறைந்தால் முடி நன்கு வளரும். கறிவேப்பிலை நிறைய சேர்த்தால் முடி வளருவதோடு நரையும் விரைவில் ஏற்படாது. கறிவேப்பிலை, செம்பருத்தி அரைத்து தேய்த்துக் கொள்ளலாம். வடித்த கஞ்சியில் சீயக்காய்த் தூளைப் போட்டுக் குளிக்க வேண்டும். தலைக்குத் தேய்க்க விற்கும் புண்ணாக்குடன் வெந்தயம் சேர்த்து அரைத்துத் தேய்க்கலாம். சீயக்காயுடன் பூந்திக் கொட்டை சேர்த்து அரைத்துத் தேய்க்க முடி கருகருவென சில்க் போல வளரும். நிறைய கீரை, பச்சைக் காய்கறிகளை உணவில் சேர்க்க வேண்டும்.

கீழாநெல்லி, மருதாணி, கரிசலாங்கண்ணி, ரோஜா மொட்டு, நொச்சி இலை இவற்றை இடித்து சாறு பிழிந்து அதே அளவு பசும்பால் சேர்த்து அந்த இரண்டும் சேர்ந்து உள்ள அளவுக்குத் தேங்காய் எண்ணெயுடன் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிகட்டிக் குளிக்கவும், தினமும் தடவிக் கொள்ளவும் உபயோகிக்கலாம். மிகச் சிறந்த தலைமுடித் தைலம் இது. இன்றும் எங்களுக்கு முடி விரைவில் நரைக்காமலும் கொட்டாமலும் உள்ளது.

குழம்பு, கூட்டு இவைகளில் போடும் கறிவேப்பிலைகளை எறியாமல் மென்று சாப்பிட வேண்டும். பொடி, துவையல் செய்தும் தினமும் சாப்பிடலாம். கறிவேப்பிலையுடன் மிளகு, சீரகம், பெருங்காயம், உப்பு, துவரம் பருப்பு சேர்த்து அரைத்த பொடி ருசியாக இருக்கும். தினமும் உபயோகித்தால் நல்லது.

தீபாவளி யோசனை :

சம்பா கோதுமைப் பாலெடுத்து அல்வா கிளறும்பொழுது, பாலும் சர்க்கரையும் சேர்ந்து திரண்டு வரும் சமயம் சிறிது எலுமிச்சம்பழ சாற்றை விட்டால், அல்வா பாத்திரத்தில் அடிபிடிக்காமல், கிடுகிடுவென்று ஒன்று சேர்ந்து பந்து பந்தாகக் கிளம்பி, கெட்டியான பதத்துக்கு வந்துவிடும். நெய்யும் அதிகம் விடத் தேவையில்லை.

- சந்திரலேகா



மாதவிலக்கு : மாதவிடாய் நிற்கும் சமயம் முறையின்றி வந்து தொல்லை செய்யும். காலையில் எழுந்ததும் வாய் கொள்ளுமளவு ஊறவைத்த அவலைப் போட்டு மென்று கொண்டேயிருக்க வேண்டும். இப்படி ஒரு மாதம் செய்தால் மாதவிலக்கு நின்று விடும். வீட்டிலே தயாரிக்கும் கரிசலாங்கண்ணி எண்ணெயை தினமும் தேய்த்துக் கொண்டால் இச் சமயத்தில் வரும் மனக் குழப்பம் குறையும். சாதாரணமானவர்களும் தடவிக் கொள்ளலாம்.

கரிசலாங்கண்ணி இலையை சாறு எடுத்து அதே அளவு பாலைச் சேர்த்து, ஐந்து ஆறு நெல்லிக்காய்களைக் கொட்டையெடுத்து வைத்துக் கொண்டு, சிறிது இஞ்சி, மிளகு, தனியா, சீரகம் இவற்றுடன் நெல்லிக்காயை அரைத்து எண்ணெயில் கலக்கி விட வேண்டும். பிறகு அடுப்பில் வைத்துக் காய்ச்ச வேண்டும். அடிப்பிடிக்காமல் கிளறி, சாறெல்லாம் வற்றிய பிறகு எண்ணெய் தனியாக நிற்கும். அடியிலுள்ள கசண்டு மணல் பதத்தில் இருக்கும் போது இறக்கி வடிகட்டி எண்ணெயைத் தனியாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கசண்டை உடம்புக்குத் தேய்த்துக் குளித்தால் தோலுக்கு மிகவும் நல்லது. மாதவிலக்கு சமயம் ஏற்படும் தலைவலி, மனக்குழப்பம் நீங்கி விடும். எண்பது வயது இருந்த எங்கள் பாட்டி இதை உபயோகித்ததால் தலை முழுவதுமாக நரைக்கவே இல்லை.

15 நிமிடங்களில், 20 பேடாக்கள்



கலாகண்ட்

தேவை :

மில்க்மெய்ட் : 1 டின், பாலாடைக் கட்டி : 1/2 கிலோ, ஏலக்காய்: 3-4 (பொடி செய்யப்பட்டது), பால் பவுடர்: 2 முழுமையான டேபிள்ஸ்பூன்.

செய்முறை :

1. பொடி செய்யப்பட்ட பாலாடைக் கட்டி, பால் பவுடர் மற்றும் மில்க்மெய்ட் ஒன்றாக கலந்து கொள்ளவும்.
2. கலவையை, கனமான அடிப்பாகத்தைக் கொண்ட வாணலியில் ஊற்றி நடுத்தர சூட்டில் கலவை கெட்டியாகும்வரை தொடர்ந்து கிளறிவிட்டுக் கொண்டே இருக்கவும்.
3. எண்ணெய் தடவிய தட்டில் கலவையைப் பரப்பி ஏலக்காய் பொடியை தூவவும். குளிர்ந்த பின் வில்லைகளாகப் போடவும்.



அரிய சுவை, தருமே

4. மலட்டுத் தன்மை : வேப்பங் கொழுந்து, சீரகம், பெருங்காயம் துளி மூன்றையும் அரைத்து உருண்டைகளாக்கி மாத விலக்கு வந்து குளித்த அன்று மூன்று உருண்டைகள் சாப்பிட்டால் மலட்டுத் தன்மை நீங்கும். எனக்கு 15 வயதில் மணமாகி 19 வயது வரை குழந்தையில்லை. தொடர்ந்து நாலைந்து மாதம் இந்த உருண்டைகளை சாப்பிட்டதும் குழந்தைகள் பிறந்தது. பலருக்குச் சொல்லி குழந்தைகள் பிறந்துள்ளன.

வாழைக் காயைச் சுட்டு அப்படியே சாப்பிட்டால் சீட்டு தள்ளிப் போகும். பாலில் எலுமிச்சம்பழம் பிழிந்தால் திரித்தாற்போல ஆகி விடும். அதைக் குடித்தாலும் தள்ளிப் போகும்.

வீட்டில் தயாரிக்கும் சக்தியுள்ள பானங்கள் உணவுகள் பற்றிச் சொல்கிறார் திருமதி மீனாட்சி நரசிம்மன் : -

1. எலுமிச்சம் பழம் சீசன் சமயம் நிறைய பிழிந்து குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைத்துக் கொண்டு உப்பு, சர்க்கரைப் போட்டுக் குடிக்கலாம். மோரில் கலந்து குடிக்கலாம். மிக சத்துள்ள பானம்.

2. புழுங்கல் அரிசியுடன் சிறிது ஓமம் சேர்த்து அரைத்து வடாம் போலப் பிழிந்து உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டால் தேவையான போது இரண்டு வடாம்களை ஊற வைத்து கொதிக்க வைத்து பால் சர்க்கரை சேர்த்து குழந்தைகளுக்கு சத்துணவாகக் கொடுக்கலாம். ஒரு சிட்டிகை சுக்குத் தூள் சேர்த்தால் எளிதில் ஜீரணமாகும்.

3. சாதம் வடித்த கஞ்சியில் பச்சை வெங்காயம், பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி, இஞ்சி, உப்பு கலந்து தயிர் அல்லது மோர் ஊற்றி வைத்தால் 'சாவல் சூப்' தயார். ஏழைக்குத் தகுந்த டானிக். அதிகம் செலவில்லாதது.

4. பழைய சாதத்திலிருந்து எடுத்த நீரில் நல்லெண்ணெய் ஒரு ஸ்பூன் ஊற்றி உப்புப் போட்டுத் தந்தால் நல்ல பலம் கிடைக்கும். அடியில் தங்கிய சாதத்துடன் நார்த்தங்காய் தொட்டுக் கொண்டு சாப்பிட்டால் ருசியும் பலமும் உண்டு. கர்ப்பிணிகள் தண்ணீர் விட்ட சாதம் இல்லாவிட்டால் இரவு மிஞ்சும் சாதத்தில் பால் விட்டுப் பிசைந்து துளி தயிரை அதில் உறை ஊற்றுவது போல ஊற்றி வைத்தால் மறுநாள் ருசி மட்டுமல்ல. டானிக்கே தேவையில்லை.

5. ''ஏணி, தோணி, நார்த்தங்காய்'' என்பது வழக்கு. ஏணியும், தோணியும் (பரிசல்) மற்றவர்களுக்கு உதவுவது போல நார்த்தங்காய் கெடுதலே செய்யாது. புண்ணை ஆற்றும். பித்தம், வாந்தி, தலைசுற்றலைத் தடுக்கும். ஜுரம் வந்தாலும் வாய் கசப்பு மறைய உதவும்.

6. பீட்ரூட், பீன்ஸ், அவரை, முள்ளங்கி, நூல்கோல், காரட், முட்டைகோஸ், டர்னிப்ஸ், ஒரு முருங்கை, புடலை, தக்காளி

இவற்றை சிறு துண்டுகளாக நறுக்கி வேக வைத்து தண்ணீரை வடிகட்டி அதனுடன் உப்பு, மிளகுத் தூள் சேர்த்துக் குழந்தைகளுக்குக் கொடுத்து 'சூப்' போலக் கொடுத்தால் மிக நன்றாகப் பசியெடுத்து பலம் கொடுக்கும். வெந்த காய்களை கறி,கூட்டு செய்யலாம். தொடர்ந்து பத்து நாட்கள் குடித்தால் உடல் எடை கூடும். 'அனிமிக்'கினால் பலஹீனம் ஏற்படாமலிருக்கும்.

7. மாதுளம்பழம் சாறு எடுத்துக் குடித்து வந்தால் ரத்தம் விருத்தி அடையும்.

வீட்டில் தயார் செய்யும்

நோய் தடுக்கும் ஊறுகாய்கள் :

1. ''நார்த்தங்காய்க்கிட்ட உப்பும் நாத்தனாருக்கு இட்ட உணவும் வெளியே வராது'' என்பது பழமொழி. நாத்தனார் எப்படி எத்தனை உபசரித்தாலும் வெளியில் சொல்லாமல் உள்ளுக்குள் வைத்திருப்பாளோ அதுபோல நார்த்தங்காய் எத்தனை உப்பு வேண்டுமானாலும் பிடித்துக் கொள்ளும். உப்படைத்து மட்டுமல்ல, நார்த்தங்காயை நறுக்கி, உப்பு மஞ்சள் பொடி போட்டு குலுக்கி வைத்து பச்சை மிளகாய் கீறிப் போட்டும் உபயோகிக்கலாம்.

2. வெங்காயம், உரித்த பூண்டுடன் எலுமிச்சம் பழம் பிழிந்து இரண்டு பச்சை மிளகாய் கீறிப் போட்டு உப்புப் போட்டு குலுக்கி ஒரு பாட்டிலில் வைத்துக் கொண்டு தினமும் உபயோகித்தால் மிகவும் ஆரோக்கியமாக இருக்கும்.

3. பச்சைக் காய்கறிகளைத் துருவி, பச்சை மிளகாய் கீறிப் போட்டு, உப்பு சேர்த்து, எலுமிச்சை பிழிந்து வைத்துச் சாப்பிட்டால் உடம்புக்கு நல்லது.

4. இளம் இஞ்சியைத் தோலுடன் அலம்பிப் பொடியாக நறுக்கி உப்புப் போட்டு எலுமிச்சை பிழிந்தால் (சிவப்பாகி விடும்) மிக ருசியாக இருப்பதோடு வயிற்றுக் கோளாறுகளைத் தடுக்கும்.

5. ஒரு நெல்லிக்காய் மூன்று ஆப்பிளுக்குச் சமம் என்பார். நன்கு கொதித்த நீரில் மஞ்சள் பொடியை சேர்த்து ஒரு படி நெல்லிக்காய்க்கு ஒரு பிடி உப்பு சேர்த்து நெல்லிக்காய்களைப் போட்டு ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கி மூடி வைக்க வேண்டும். தினமும் ஒரு நெல்லிக்காய் சாப்பிட ரத்த சுத்தி ஏற்படும். இதை அரைத்துப் பச்சடி செய்யலாம். ஊறிய நீரில் மிளகு, சீரகம் சேர்த்து ரசம் வைக்கலாம். வெய்யிலில் அலைந்தால் ஒரு நெல்லிக்காய் சாப்பிட தாகம் அடங்கும். களைப்பு தீரும்.

நெல்லிக்காய்களைக் கழுவி நான்கு பக்கமும், கூரான ஊசியால் ஓட்டை போட்டு தேனில் ஊறவைத்து தினமும் ஒன்று சாப்பிட்டால் ஆரோக்கியத்துக்கு நல்லது.

நோயாளிகள் சேர்க்கக் கூடிய

காய்கறிகள் :

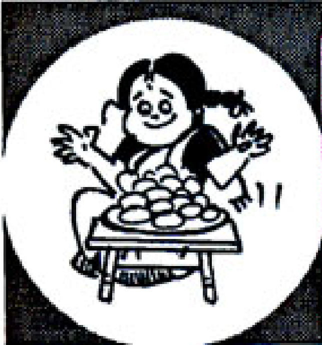
1. *இருதய நோய் :* கரைக்காய், காரட், பூசணி, வெள்ளை முள்ளங்கி, புடலை, பெங்களூர் கத்தரிக்காய், கோஸ் இவற்றில் நீர்ச் சத்து இருப்பதால் எளிதில் ஜீரணமாகும். அதனால் இருதய நோயாளிகள் இவற்றைச் சேர்க்கலாம். கிழங்கைக் குறைக்க வேண்டும். காரமில்லாத ஊறுகாய்களை சேர்க்கலாம்.

2. *நீரிழிவு நோய் :* இவர்கள் பாகற்காய், வாழைப்பூ, பீன்ஸ், முள்ளங்கி, வாழைத் தண்டு, கோஸ் சேர்க்கலாம். கிழங்குகள் குறைக்கப்பட வேண்டும்.

3. *ரத்த அழுத்த நோய்:* இவர்கள் வெண்டைக்காய், புடலங்காய், பூசணி, போன்ற எல்லா பச்சைக் காய்கறிகளையும் ஊறுகாய்கள் சிறிதளவும் சேர்க்கலாம். கிழங்குகள் சேர்க்கக் கூடாது.

எல்லா வியாதியஸ்தர்களும் தினமும் ஏதேனும் ஒரு கீரையை சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். தினமும் ஒரு பருப்பு, காய், கீரை, நெய், குறைந்த காரம் சேர்த்து வந்தாலே உடம்புக்கு நல்லது.

காலை உணவை பத்து மணிக்குள் முடித்து விட வேண்டும். இல்லாவிட்டால்



தீபாவளிக்கு...

பஞ்சாப் கோதுமையை வெறும் வாணலியில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் போட்டு, எண்ணெய் விடாமல் சிவக்க வறுத்துக் கொண்டு மெஷினில் மிகவும் நைசாக இல்லாமல், கசாரான பதத்தில் அரைத்துக் கொண்டு, சர்க்கரையையும் அரைத்துக் கலந்து, முந்திரி, ஏலம், திராட்சையை நெய்யில் வறுத்துக் கொட்டி, சூடான நெய்யை ஊற்றிச் சுடச் சுட உருண்டைகளை அழுத்திப் பிடித்து வைக்கலாம். இந்த கோதுமை உருண்டை சுவையும், சத்தும் நிறைந்த அதிகம் செலவில்லாத ஒரு ஸ்வீட்டாகும். இவ்வருடம் தீபாவளிக்கு இதைச் செய்து பாருங்களேன்!

– சந்திரலேகா

தீபாவளி யோசனை :

பலகாரங்களுக்கு முக்கியமாக முறுக்கு, அதிரசம் போன்றவற்றிற்குப் பொன்னி அரிசி ஏற்றது அல்ல. ஐ. ஆர். 20 அரிசி உகந்தது. தேன்குழலுக்கு சீரகத்தைவிட எள் சேர்ப்பதே சுவையைக் கூட்டும்.

– சந்திரலேகா



வயிற்றில் புண் ஏற்படும். புளி, உப்பு, காரம் மிதமாக இருக்க வேண்டும்.

பருப்பு - புரதம், காய்கறிகள் - வைட்டமின்கள், மிளகாய் - வாய்வுக்கு தடுப்பு, மிளகு சீரகம் வெந்தயம் - மலச்சிக்கலைத் தடுத்து ரத்த விருத்திக்கு உதவும், இரும்பு சத்துக்கும், எண்ணெய் நெய் - கொழுப்பு சத்து, தயிர், மோர் - ஜீரணம் ஆக, குளிர்ச்சிக்கு நோய் எதிர்ப்புச் சக்திக்கு, மஞ்சள் - எதிர்ப்பு சக்தி, கிருமிநாசினி, பால் - சரிவிகித உணவு. தினமும் மூன்று டம்ளர்களாவது குடிக்க வேண்டும். ஒரு நாளைக்கு பத்து டம்ளர் நீர் அருந்த வேண்டும். நொறுக்குத் தீனிகளை முப்பது வயதுக்கு மேல் தவிர்க்க வேண்டும். இரவில் ஏதேனும் ஒரு பழம் குறிப்பாக வாழைப்பழம் சாப்பிட்டால் மிக நல்லது. பல் தேய்த்தவுடன் தண்ணீர் குடித்தால் உணவுப் பாதையும், குடலும் சுத்தமாகும். நேரப்படி உண்பது நல்லது.

பழமொழிகள் :

1. ''மோரைப் பெருக்கி, நீரைச் சுருக்கி, நெய்யை உருக்கி'' உண்ண வேண்டும் என்பது சித்தர் வாக்கு. தயிரில் கொழுப்பு அதிகம் கரைத்தால் ஜீரணத்துக்கு எளிது. நீருள்ள கிருமிக் கொதிக்க வைத்தால் அழியும். விழுதாக நெய் சேர்த்தால் கொழுப்பு அதிகம் உருக்கினால் குறையும்.

2. 'நொறுங்கத் தின்றால் நூறு வயது' - நிறைய தின்று என்று அர்த்தம் கொள்வது தவறு. எதைச் சாப்பிட்டாலும் நன்றாக அமர்ந்து, பல்லினால் கடித்து மென்று உமிழ்நீருடன் சேர்த்து விழுங்கினால் ஜீரணமாகும். ரத்தத்தில் கலக்க ஏதுவாக இருக்கும். அவசரமாக உண்டால் தொண்டையில் சிக்கி வயிற்றைக் குடையும்.

3. 'நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்' என்பது போல வடமொழியில் 'ஆரோக்கியம் மஹா பாக்கியம்' என்பர். சித்தர்கள் முதல் டாக்டர்கள் வரை எல்லோருமே சொல்லுவது நோய் வராமல் தடுக்கப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும் என்பதே.

4. ஒளஷதம் ஜாஹ்னவீ தோயம்; வைத்யோ நாராயணோஹரா என்பது ஸ்லோகம். கங்கை நீரே மருந்து. நாராயணனே மருத்துவர் என்பது பொருள். எந்த மருந்தைச் சாப்பிட்டாலும் இதைச் சொல்லி சாப்பிட விரைவில் குணமாகும். பகவானிடம் நம்பிக்கை வைத்து எதையும் செய்ய வேண்டும் என்பதே விசேஷமான பொருள்.

5. ''நடக்கத் துவங்கிய குழந்தை தவழத் துவங்கியதாம் தாயார் செய்த தவம்'' என்பார்கள். நன்றாக ஆரோக்கியமாக நடந்த குழந்தை தாயின் கவனிப்பின்மையால் தவழும் நிலைக்கு வந்து விட்டதென்று பொருள். தாயின் கடமை குழந்தையின் ஒவ்வொரு கட்ட வளர்ச்சியிலும் உள்ளது. அவளே அதற்கு முழு பொறுப்பு. குழந்தை நன்கு வளர்ந்து படித்து, பட்டம், பரிசுகள் பெற்றால் தாய்க்குத்தானே முதல் பெருமை.

6. 'உண்டி சுருக்கல் பெண்டிர்க்கழகு' ஏன் அழகு என்று முடித்துள்ளார்? பெண்ணுக்குத்தான் அழகுணர்ச்சி அதிகம். ஆண்களுக்குப் பரிமாறி விட்டு அவர்களுக்குப் பிறகு சாப்பிடுவதால் மிஞ்சிய உணவை எறிய மனமில்லாமல் பின்னால் சாப்பிடும் பெண் சாப்பிட்டு விடுவதால் உடலில் கொழுப்பு சேர்ந்து உடல் பருத்து விடும். எச்சரிக்கைக்காக 'அழகு' என்று முடித்துள்ளார்.

கீதையில் பகவான் அதிகம் உண்பவனுக்கும், ஒன்றுமே உண்ணாதவனுக்கும் சுகமில்லை. அதிகம் தூங்குபவனுக்கும், தூக்கமே இல்லாதவனுக்கும் சுகமில்லை என்கிறார். தூக்கம், உணவு, உழைப்பு எல்லாமே அளவுடன் இருந்தால் ஆரோக்கியமான வாழ்வைப் பெறலாம்.

வீட்டிலே நம் கைக்கு எட்டும் தூரத்தில் இத்தனை அருமையான பொருட்களை வைத்துக் கொண்டு, சிறு சிறு உபாதைகளுக்குக்கூட மருத்துவரிடம் செல்வானேன் என்ற எண்ணமே ஏற்பட்டது. பாட்டி வைத்தியம்தானே என்று அலட்சியப்படுத்தி விடாமல் அதில் உள்ள நல்லதை எடுத்துக் கொண்டு திட்டமிட்டு செயல்பட்டு நாமும் வாழ்ந்து நம் குழந்தைகளையும் வளர்ப்போம் என்று மகிழ்வுடன் கூறி விடைபெறுகிறோம்.

தொகுப்பு :
பானுமதி இராமச்சந்திரன்

இந்தியா முழுவதும் கொண்டாடப்படும் பண்டிகைகளில் ஒன்று தீபாவளி.

நரகாசூரனை கண்ணபெருமான் வதம் செய்த நாள்தான் தீபாவளியாகக் கொண்டாடப்படுகிறது என்பார்கள். வட இந்தியாவின் சில பகுதிகளில், வனவாசம் முடிந்து இராமபிரான் அயோத்தி திரும்பிய நாளைத்தான் அயோத்தி மக்கள் தீபங்களை ஏற்றி மகிழ்ந்தார்கள் என்றும், ஒவ்வொரு வருடமும் அந்த நாளில்தான் தீபாவளி கொண்டாடப்படுகிறது என்றும் ஒரு நம்பிக்கை நிலவுகிறது.

விழாவின் அடிப்படை காரணத்தில் மட்டுமல்ல கொண்டாடப்படும் விதத்தில் கூட சின்னச் சின்ன சுவையான மாற்றங்கள் தென்படத்தான் செய்கின்றன.

கர்நாடகத்தில் நரக சதுர்தசி என்ற பெயரில் மக்கள் இதைக் கொண்டாடி மகிழ்கிறார்கள். தமிழ்நாட்டில் அமாவாசையன்று கொண்டாடப்படும் தீபாவளி கர்நாடகத்தின் பல பகுதிகளில் அதற்கு முன் தினமான சதுர்தசியில் கொண்டாடப்படுகிறது.

நவராத்திரி மட்டுமல்ல தீபாவளியுடன் கூட துர்க்கையை சம்பந்தப்படுத்துகிறார்கள் வங்காளத்தில். கொடும் அரக்கன் ஒருவனை துர்க்கை அழித்த தினம்தான் தீபாவளியாகக் கொண்டாடப்படுகிறது.



டெல்லி மற்றும் உத்திரபிரதேசத்தின் சில பகுதிகளில் தாங்களே செய்த கைவினைப் பொருள்களை விற்பது வழக்கம். புத்தாடை அணிவதை விட அதிக தீபங்களை ஏற்றி வீட்டு வாசல்களில் வைப்பதில் இங்கு போட்டியே நடப்பதுண்டு. இவர்களிடையே வேடிக்கையான (வேதனையான?) ஒரு பழக்கமும் உண்டு. தீபாவளியன்று பல வித சூதாட்டங்களில் ஈடுபடுவார்கள் – பெண்கள் உட்படத்தான்! – அன்றிலிருந்து அவர்களுக்குப் புத்தாண்டு தொடங்குவதால் தீபாவளியன்று குறுக்கு வழியில் நிறைய பணம் சம்பாதித்தால் வருடம் முழுவதும் கையில் பணம் சேரும் என்ற நம்பிக்கை!

கொங்கணி இனத்தைச் சேர்ந்த திருமதி ராவ் மங்களூர் மற்றும் அதன் சுற்றுப்புறங்களில் தீபாவளி கொண்டாடப்படும் விதத்தை விளக்குகிறார். "தீபாவளிக்கு முதல் நாள் இரவு கங்கா பூஜை செய்வது வழக்கம். வீட்டுக்கு அருகே உள்ள கிணறு அல்லது குளத்திலிருந்து ஒரு செப்புக்குடம் நிறைய நீர் எடுப்போம். அந்தக் குடம் மற்றும் அருகில் உள்ள கிணறு, குளம் போன்ற நீர் நிலைகள் ஆகியவற்றிற்குக் கற்பூர ஆரத்தி காண்பிப்போம். ஒரு முக்கியமான விஷயம் – கற்பூர ஆரத்தியின் போது மணியோசைக்குப் பதிலாக தட்டு ஒன்றை கரண்டியால் சீராக தட்டி ஒலி எழுப்புவதுதான் காலம் காலமாக வந்த வழக்கம். இப்படிப் பூஜை செய்த குடத்து நீரை பெரிய அண்டாவில் உள்ள நீரோடு கலப்போம். அந்தக் கலவை நீரில்தான் தீபாவளியன்று காலை எல்லோருக்கும் குளியல் (கங்கா ஸ்நானம்). தீபாவளியன்று மாலை நிறைய விளக்குகளை ஏற்றி வீடெங்கும் வைப்போம். மறுநாள் கௌரி பூஜை.

வடக்கே தீபாவளி!

* திருமதி ராவ்



அன்று பலவித இனிப்புகள் செய்து உற்றார் உறவினருக்குக் கொடுப்போம்.''

மார்வாரி, குஜராத்தி, ஜெயின் ஆகிய பிரிவைச் சேர்ந்தவர்களுக்கு தீபாவளியில் மற்றொரு விசேஷமும் உண்டு. அன்றிலிருந்து அவர்களுக்கும் புத்தாண்டு தொடங்குகிறது. வியாபாரிகள் புதிய கணக்குப் புத்தகங்களில் பிள்ளையார் சுழியையும், சுபம் - லாபம் (ஷுப்-லாப்) என்ற வார்த்தைகளையும் எழுதிவிட்டு மார்ஜினில் ஒரு ஸ்வஸ்திக் சின்னத்தையும் வரைந்து விட்டு புதுக் கணக்கு தொடங்கு வார்கள்.

தங்கள் இனத்தவர் தீபாவளியை விமரிசையாகக் கொண்டாடும் விதத்தை இங்கு விவரிக்கிறார் குஜராத் மாநிலத்தவரான திருமதி எம். ராஜ்கமல் தவே.

''எங்களைப் பொருத்தவரை ஏகாதசியன்றே தீபாவளி தொடங்கி விடும். பூஜையறை, வீட்டு வாசல், ஆகிய இரண்டு இடங்களிலுமே ஓரிரு விளக்குகளை ஏற்றி வைப்போம். சமையலில் ஒரு இனிப்பு வகை நிச்சயம் இடம்பெறும்.

அடுத்த நாளான துவாதசியன்று மாப்பிள்ளை பெண்ணை வீட்டுக்கு அழைத்து விருந்து கொடுப்போம். காலை மாலை இரு வேளைகளும் அவர்களுக்கு விருந்து உண்டு. முன்தினம் போலவே வீட்டில் விளக்கேற்றுவோம்.

அடுத்த நாளான திரயோதசியும் முக்கியமானதுதான். அன்று தனலட்சுமி பூஜை செய்வோம். இந்தப் பூஜையைப் பல வீடுகளில் பெண்களும் சேர்ந்து செய்வார்கள். லட்சுமி தேவி படத்திற்கு நகைகளை அணிவித்து லட்சுமி சகஸ்ரநாம ஸ்தோத்திரம் சொல்லுவதும் வழக்கம். அன்று இரவு நிறைய அகல் விளக்குகளை வீட்டில் ஏற்றி வைப்போம்.

* திருமதி தவே



நான்காவது நாள் கொண்டாட்டத்தை நரக சதுர்தசி என்று சொல்வதுண்டு. புத்தாடை அணிவது, பெரியோர்களுக்கு இனிப்பு வழங்குதல், அவர்களை வணங்கி வழிபடுதல், மூக்கு முட்ட விருந்து சாப்பாடு, பட்டாசு, வாண வேடிக்கை என்று கோலாகலமாக அந்த நாள் அமையும்.

அதற்கு அடுத்த நாள் வருவது அமாவாசை. வியாபாரிகள், கணேஷ் பூஜை, லட்சுமி பூஜை ஆகியவற்றோடு ''மைபூஜை'' அல்லது ''சோப்டா பூஜை''யும் செய்வார்கள். அதாவது புதுக் கணக்குப் புத்தகங்களுக்கு செய்யும் பூஜை இது. ஏற்கெனவே உள்ள கடன் பாக்கியை எல்லாம் தீர்த்து விடுவார்கள் அன்று. தீபாவளித் திருநாளான அன்றிலிருந்து கடன் பாக்கி இருந்தால் அமங்கலம் என்ற நம்பிக்கையே காரணம்.

அத்துடன் முடிந்து விடாது எங்கள் தீபாவளி கொண்டாட்டங்கள். ஆறாவது நாளான பிரதமையன்று கட்டாயம் கடையில் இருந்து உப்பு வாங்குவோம். 'வாழ்க்கையில் இனிப்பு மட்டுமல்ல உவர்ப்பும் உண்டு என்பதை குறிக்கத்தான்' என்றும், 'உப்பைப் போல நாமும் மற்றவர்களுக்கு அத்தியாவசியமாக இருக்க வேண்டும்' என்றும் இரண்டுவித கருத்துக்கள் அடிப்படையை விளக்க நிலவுகின்றன. கடந்த இரு நாட்களில் வேலை பளுவின் காரணத்தால் உறவினர்களின் வீடுகளுக்குப் போக முடியாதவர்கள் பிரதமையன்று அதைச் செய்வார்கள்.

இதே பிரதமை திதியில் ''பாயீ பீஜ்'' என்ற சம்பிரதாயமும் உண்டு. சகோதரர்களை தன் வீட்டுக்கு வரவழைத்து விருந்து போட்டு பெரிய பரிசு ஒன்றையும் அளிக்க வேண்டும் திருமணமான சகோதரிகள். சில பழமையை விரும்பும் குஜராத்தி குடும்பங்களில் அந்த ஒரு நாளைத் தவிர எந்த சகோதரனும் சகோதரியின் வீட்டில் கையை நனைக்கக் கூடாது, அதாவது எதையும் சாப்பிட மாட்டார்கள் என்ற நியதியை இன்னமும் பின்பற்றுகின்றனர்.

குளிர்காலம் தொடங்குவதற்கு தீபாவளி ஒரு குறியீடு. அன்று ஆரம்பிக்கும் வெந்நீரில் குளிக்கும் வழக்கம் தொடர்கிறது. கோடைக் காலத்திற்குக் கட்டியம் கூறுவது போல் வரும் 'ஹோலி' தினத்தன்று பச்சைத் தண்ணீர்க் குளியலுக்குப் பிள்ளையார் சுழி போடப்படுகிறது'' என்ற விஞ்ஞானபூர்வ விளக்கமும் போகிற போக்கில் கிடைத்தது.

– அருண்சரண்யா

இணைப்பு அட்டை படங்கள் : ஓம். சுப்ரமண்யம்







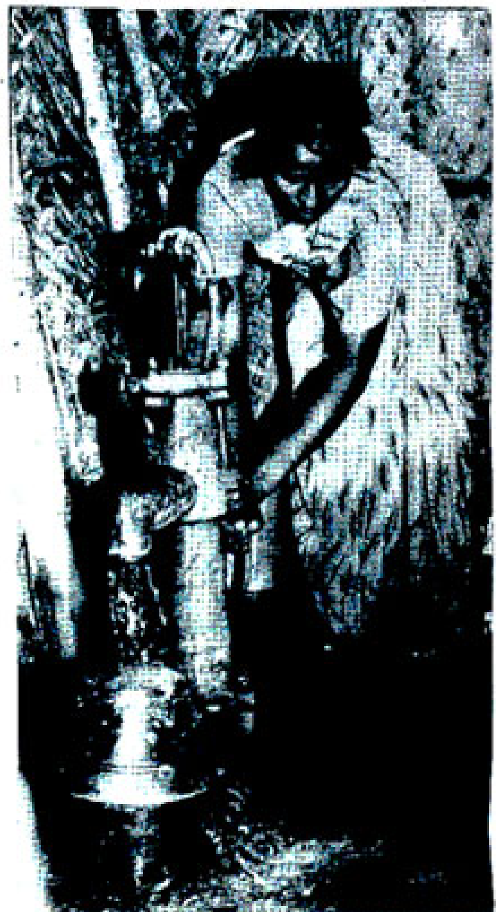


"GOKUL"
SANTOL
TALCUM POWDER
கோகுல்
சாண்டால்
அளிக்கும்
24 மணி நேர
நறுமண
சேனல்!

தண்ணீர் சேமிப்பு

மேலும் சில யோசனைகள்!

மங்கையர் மலர் இதழில் நீரை வீணாக்காமல் உபயோகிக்க பல வழிமுறைகள் கூறப்பட்டுள்ளது. ரோட்டரி இன்டர் நேஷனல் நிறுவனம் வெளியிட்டுள்ள அட்டவணை நமக்கு மேலும் சில உபயோகமான தகவல்களைக் கொடுத்துள்ளது.



● பல் துலக்கும் போது குழாயைத் திருப்பி, பல் துலக்கி முடியும் வரை குழாயை மூட பலருக்கு மனம் வருவதில்லை. இவ்விதம் 5 நிமிட நேரம் குழாய் திறந்து வைத்திருந் தால் சுமார் 45 லிட்டர் தண்ணீர் வீணாகிறது. இதற்குப் பதில் பழைய கால முறைப்படி ஒரு பக்கெட்டு தண்ணீரும் குவளையும் பயன்படுத்த லாமே!

● இதே மாதிரி குழாயைத் திறந்து (சுமார் 2 நிமிடங்கள்) கை கழுவ உபயோகிக்கும் போது சுமார் 18 லிட்டர் தண்ணீர் வீணாகிறது. மாறாக பாத்திரத்தில் தண்ணீர் முகர்ந்து உபயோகித்தால் 2 லிட்டர் நீரில் வேலை முடிந்து விடும். இதே விதமாக தண்ணீரைப் பிடித்து வைக்காமல் குழாயைத் திறந்து வைத்து விட்டு முக க்ஷவரம் செய்து கொள்ளும் ஆடவர்கள் சுமார் 17.75 லிட்டர் தண்ணீரை வீணாக்குகிறார்கள்!

● ஷவர் பாத் உபயோகித்து குளிக்கும் போது தண்ணீர் மிச்சமாவது உண்மைதான். ஆனால் சோப்புத் தேய்த்துக் கொள்ளும் போது கூட ஷவர் குழாய் திறந்திருந்தால் வீணாவது சுமார் 70 லிட்டர் தண்ணீர்.

● தோட்டங்களுக்குத் தண்ணீர் ஊற்றுவதற்கு நீண்ட 'ஹோஸ் பைப்'களை உபயோகிப்பது எவ்வளவு தண்ணீரை வீணாக்குகிறது தெரியுமா? 5 நிமிடம் இந்த பைப்பை உபயோகித்தால் 120 லிட்டர் தண்ணீர் செலவழியும். இதையே பூ வாளியை உபயோகித்தால் மிகக் குறைந்த அளவு தண்ணீரைத் தான் உபயோகிப்போம்.

● இவ்விதமே பெரிய தரைகளை சுத்தம் செய்ய தண்ணீர்க் குழாய்களை (ஹோஸ்பைப்) உபயோகிக்கும் போது 2 முதல் 5 நிமிடம் உபயோகித்தால் 200 லிட்டர் தண்ணீர் செலவழிக்கப்படுகிறது. சாதாரணமாக துடைக்கும் துணியும் பக்கெட்டில் நீரும் கொண்டு இதே வேலையைச் செய்தால் 18 லிட்டர் தண்ணீர்தான் தேவைப்படும். கார் முதலிய வாகனங்களைச் சுத்தம் செய்யும் போதும் பைப்புகளுக்குப் பதில் வாளியில் நீரும், துடைக்கும் துணியும் உபயோகித்தால் 300 லிட்டருக்கு மேல் தண்ணீர் சேமிக்கப்படும். இவ்விதமே வீடுகளில் துணி துவைக்கும் போது குழாயைத் திருப்பி வைத்து விட்டு, பக்கெட் நிரம்பி வழிய துணி துவைப்பது யாராக இருந்தாலும் கண்டித்து வையுங்கள். குறைந்தபட்சம் 100 லிட்டர் நீர் சேமிக்கப்படும்!

– கிருஷ்ணவேணி ரங்கநாதன்



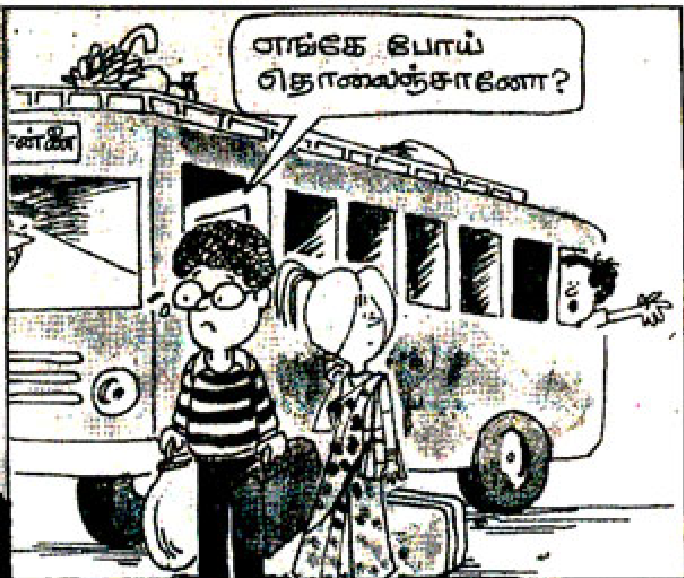
தீபாவளி சமாளிப்பு :

திரட்டிப்பால் செய்ய அடுப்பில் பாலை வைத்தேன். பத்தே நிமிடத்தில் திரிந்து, கட்டியும், நீருமாய்ப் போனது. நல்ல வெள்ளைத் துணியில் வடி கட்டி மூட்டை கட்டினேன். நீர் வடிந்ததும் மிக்சியில் போட்டு ஒரு அடி அடித்தேன். வாணலியில் நெய்விட்டு, (1/2 டம்ளர்) கடலை மாவு (1/2 டம்ளர்) போட்டுச் சிவக்க வறுத்தேன். அரைத்த விழுதைக் கொட்டிக் கிளறி, சர்க்கரையைப் (500 கிராம்) போட்டேன். கிளறிக் கொட்டினேன். (பாத்திரத்தில் ஒட்டாமல் வந்தபோது) துண்டுகள் போட்டேன். மில்க் கேக் என்று பெயரிட்டேன். வீட்டிலுள்ளோர் மிக நன்றாக இருப்பதாகச் சொல்லிச் சுவைத்தனர்.

– [illegible]

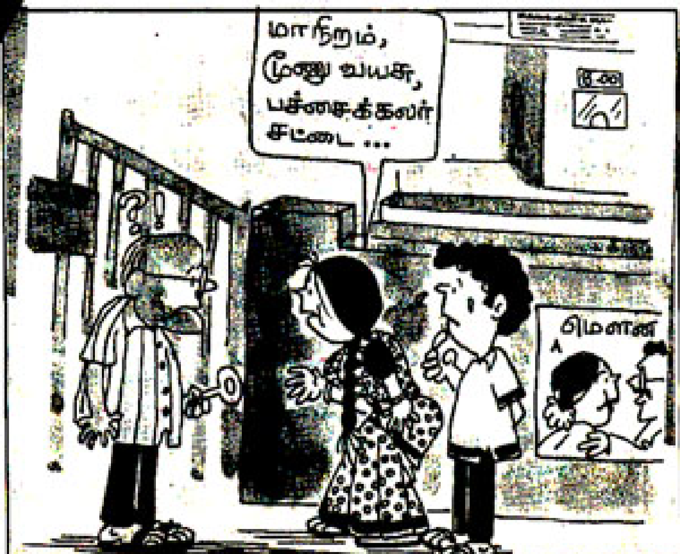
என்ன ஆச்சு தெரியுமா?

ஒருமுறை நான் என் இரு அண்ணன்களுடன் சென்னை செல்ல நேர்ந்தது. என் சிறிய அண்ணன் மூர்த்தி "தூக்கப் பிரியன். சௌகர்யமாய் இடம் அமைந்தால் படுத்துத் தூங்கி விடுவான். நாங்கள் இரவு பதினோரு மணி பஸ்ஸில் மெட்ராஸ் புறப்பட்டோம். திண்டிவனம் வரை ஒரு பிரச்சினையும் இல்லை. திண்டிவனத்தில் வண்டி நின்றதும் பெரிய அண்ணன் என்னிடம் சொல்லி விட்டு கீழே இறங்கிச் சென்றான். சிறிது நேரம் கழிந்து மூர்த்தியும் என்னிடம் சொல்லி விட்டுக் கீழே இறங்கிச் சென்று விட்டான்.



வண்டி புறப்படும் சமயம் பெரிய அண்ணன் வந்து வண்டியில் ஏறிக் கொண்டான். டிரைவர் வண்டியை கிளப்பும் அறிகுறியாக 'ஹாரனை' அடித்தார். ''ராமு அண்ணா, வண்டியை கிளப்பி விடுவார் போல் உள்ளதே! இன்னும் மூர்த்தியை காணோமே?'' என்றேன். அவர் டிரைவரிடம் பேசி வண்டியை ஐந்து நிமிடம் டிலே செய்தார். அப்போதும் வரவில்லை. அவரை இன்னும் சிறிது நேரம் வெயிட் பண்ணச் சொல்லி விட்டு நானும், ராமு அண்ணனும் வண்டியில் இருந்து இறங்கி பஸ் ஸ்டாண்ட் முழுவதும் தேடினோம்.

புறப்படும் பஸ்களில் எல்லாம் மூர்த்தி, மூர்த்தி என்று கத்தியபடி முன்னும் பின்னும் அலைந்தோம். (ஏனென்றால் தூக்கக் கலக்கத்தில் பஸ் மாறி ஏறி விட்டாவோ என்று சந்தேகம்) ஒவ்வொரு பஸ்ஸிலிருந்தும்



எல்லோரும் எட்டிப் பார்த்தது தான் மிச்சம். அவன் கையில் ரூபாய் எதுவும் தனியாக வைத்துக் கொள்ளாததால் வேறு பஸ்ஸில் வந்து விடுவான் என்று தைரியப்படுத்திக் கொள்ளவும் முடியவில்லை.

சரி, லக்கேஜை எடுத்துக் கொண்டு மீண்டும் தேடி விட்டு அப்படி கிடைக்கா விட்டால் இறங்கி விடுவோம் என்ற முடிவுடன் பஸ்ஸிற்கு வந்தோம். சக பயணிகள் முணுமுணுக்கத் தொடங்கவே கண்டக்டரும், டிரைவரும் சப்தம் போட ஆரம்பித்து விட்டனர். வேறு வழியின்றி அண்ணன் பெட்டியை எடுத்துக் கொண்டு கீழே இறங்கி விட்டான். நான் இறங்கும் சமயத்தில், ''ஏய், என்ன ஆச்சு? எங்க இறங்க றீங்க? மெட்ராஸ் வந்தாச்சா?'' என்று குரல் வந்ததே பார்க்கலாம். திரும்பிப் பார்த்தால் மூர்த்தி. அதற்குள் சக பயணி ஒருவர்,

''இவரையா தேடினீங்க? இவர் அப்பவே கடைசி சீட் காலியாகவே அங்கே போய்ப் படுத்துட்டார்'' என்றார். எங்களுக்குப் போன உயிர் திரும்பியது. திண்டிவனத்தில் என்னிடம் சொல்லி விட்டு இறங்கிச் சென்றவன், திரும்பி வந்ததும், கடைசி சீட் முழுக்க காலியாகவே அங்கு சென்று படுத்து தூங்கி விட்டான். பஸ் நீண்ட நேரம் கிளம்பாததால் 'எதேச்சையாக' விழித்துக் கொண்டவன் நான் இறங்குவதைப் பார்த்து என்ன காரணம் என்று அறிய எழுந்து வந்திருக்கிறான். அன்றிலிருந்து அவன் எப்போது யாருடன் மெட்ராஸ் சென்றாலும் எங்கள் அம்மா ''திண்டிவனம் மாதிரி பண்ணி விடாதே'' என்பது வழக்கமாகி விட்டது.

– என். ஆர். சித்ரா

கிரகப்பிரவேசம் முடிந்து ஒரு வாரமே ஆகி விட்ட வீட்டில் +2 அரையாண்டுக்காக ராத்திரி 12 மணி வரை கண்விழித்து படித்துக் கொண்டு இருந்தேன். அப்பொழுது 80 அடி ஆழமுள்ள கிணற்றில் தொபீர் என்று யாரோ குதிக்கும் சப்தம் கேட்டு நான் பயந்து போய் எனது அண்ணாரின் அறையைத் தட்டி விவரம் கூறினேன். எனது அண்ணன் லைட்டை எல்லாம் போட்டுக் கிணற்றை உற்றுப் பார்க்க, அதற்குள் எனது அண்ணியோ அக்கம் பக்கத்தாரையெல்லாம் திரட்டிக் கொண்டு வர, மார்கழி குளிரில் அவரவர் போர்த்திக் கொண்டு இருந்த துப்பட்டிகளுடன் குத்து குத்தாக நிற்க...



கிணற்றிலோ நீச்சல் சத்தம் பிரமாதமாக கேட்க, நான்கு பக்கங்களி லிருந்தும் டார்ச் லைட்டை அடித்துப் பார்த்ததில் ஒன்றுமே தெரியவில்லை. பிறகு அரிக்கேன் விளக்கை கயிற்றில் கட்டி கிணற்றில் இறக்கினால் போதும் இடத்தைத் தவிர கீழே என்ன யார் குதித்தது என்று தெரியவில்லை. அதையும் வெளியேற்றி விட்டு, கிணற்றில் இரண்டு தினங்களுக்கு முன்பு கட்டிய பெரிய இரும்பு வாளியை இறக்கினோம். எனது அண்ணா வாளியை மேலே இழுத்தால் பளுதாங்க முடியவில்லை. உள்ளே சென்றவர் வாளியைப் பிடித்துக் கொண்டுள்ளார் என்பதைப் புரிந்து கொண்டு எனது அண்ணா, சித்தப்பா இருவருமாக மூச்சைப் பிடித்துக் கொண்டு இழுக்க கிணற்றின் பாதிவரை வந்து திரும்பவும் விழுந்து விட்டார். மறுபடியும் இரண்டு ஆட்கள் சேர்ந்து இழுக்க மேல் வரை வந்து வெளியில் தாவிக் குதித்தார் காட்டுப் பூனை!

அந்த நேரம் நடந்த அமர்க்களமும், ஓடி மறைந்த காட்டுப் பூனையையும் நினைத்தால் இன்னும் சிரிப்பு வருகிறது. நான் தினமும் காலையில் வாசல் தெளித்துக் கோலமிட எழுந்ததும் விழிப்பது அதன் முகத்தில்தான். ஒரு மரத்தில் கிணற்றிற்குப் பக்கத்திலேதான் உட்கார்ந்திருக்கும். சற்று நிதானமாக யோசித்து இருந்தால் பூனையோ என்று கூட உத்தேசித்திருக்கலாம். பயம், பதற்றம் யாரை விட்டது போங்க!

– இந்திராணி தங்கவேலு


25



எங்களுக்குக் கல்யாணமான புதிது. அத்தை இரவு உணவுக்குச் சித்திரான்னம் தயாரித்து இருப்பதாகவும், இருந்து சாப்பிட்டு விட்டுப் போக வேண்டும் என்றும் வற்புறுத்தினார்கள்.

என் கணவரும் சம்மதிக்க, அத்தை முதலில் தேங்காய்ச் சாதம், எலுமிச்சை சாதம், பிஸிபேளாபாத், சர்க்கரைப் பொங்கல் மற்றும் கடைசியாக தயிர் சாதம் ஆகியவற்றைப் பரிமாறினார்கள். நாங்கள் இருவரும் சாப்பிட்டு முடித்த பின்னும், என் கணவர் எழாமல் உட்கார்ந்திருக்கவே நான், ''என்ன வேறு ஏதாவது வேண்டுமா?'' என்று கேட்டேன். உடன் அவர்,

''ஏதோ சித்திரான்னம் செய்திருப்பதாகச் சொன்னார்கள். அதைப் பரிமாறவே இல்லையே, மறந்து விட்டார்களா?'' என்று கேட்க, அப்போது அங்கு வந்த அத்தை என்ன என்ன என்றார் பதற்றத்துடன்.

அவர்கள் முன் சிரித்து என் கணவரை விட்டுக் கொடுக்க முடியாமல் சமாளித்தேன். பின்பு தனிமையில் அவரிடம் இம்மாதிரி கலந்த சாதங்களைத்தான் சித்திரான்னம் என்று கூறுவது பழக்கம் என்று விளக்கியவுடன் அவரால் ஓரம் சிரிப்பை அடக்க முடிய வில்லை.

- ராதா வாசுதேவன்

ஒரு ஞாயிறன்று காலை என்னுடைய அண்ணன் எங்கள் வீட்டிற்கு வந்திருந்தார். என் மூன்று வயதுமகன் சதீஷ் அங்கேயே விளையாடிக் கொண்டிருந்தான். ஏதேதோ சமாசாரங்களைப் பற்றிப் பேசிக் கொண்டிருக்கும் போது விஷயம் அப்போது அருகிலிருந்த திரையரங்கில் ஓடிக் கொண்டிருக்க ''மௌன கீதங்கள்'' திரைப்படம் பக்கம் திசை மாறியது. இந்தப் படத்தை நாங்கள் மூவரும் ஒரு வாரம் முன்பு தான் பார்த்தோம். படம் பரவாயில்லை என்று என் கணவர் தனது கருத்தைச் சொன்னதால், அவரும் என் அண்ணனும் அன்று இரவு செகண்ட் ஷோ பார்க்க எண்ணினர்.

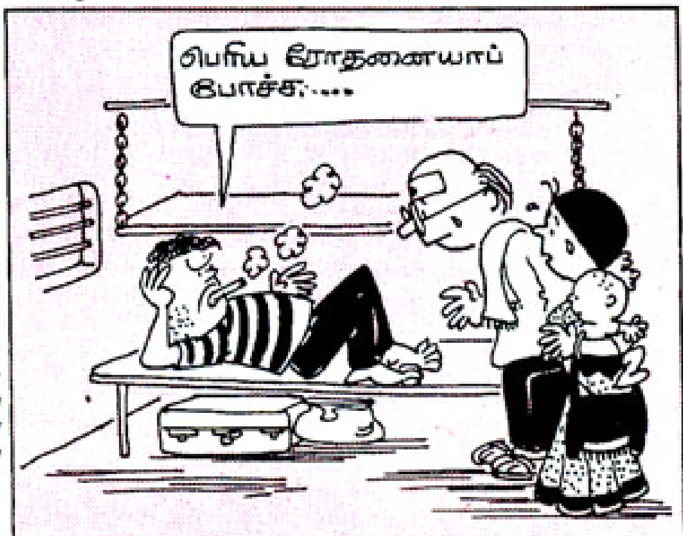
அன்று மாலை ''அன்பே வா'' திரைப்படம் டி.வி.யில் ஓடி முடியும் தறுவாயில் என் கணவரும் அண்ணனும் என் மகன் சதீஷுக்குத் தெரியாமல் சினிமா பார்க்கக் கிளம்பி விட்டனர். ''சதீஷ் படுத்துத் தூங்கு'' என்று சொல்லிக் கொண்டே மேற்கொண்டு அடுக்களையைச் சுத்தம் செய்யும் வேலையில் ஈடுபட்டேன். பிறகு சதீஷைக் கூப்பிட்டுக் கொண்டே வெளியில் வந்து பார்த்தால், அவனைக் காணோம்.

இவனை இந்த இரவு வேளையில் நான் எங்கு போய்த் தேடுவேன். என் வயிற்றில் பய உணர்வு பகீரென்றது.

நாங்கள் குடியிருந்த வீட்டுக்கார அம்மாவிடம் விஷயத்தைச் சொன்னதும் அனைவரும் ஆளுக்கொரு திக்கில் சதீஷ், சதீஷ் என்று கத்திக் கொண்டு, அவன் எங்கெல்லாம் போவானோ அங்கெல்லாம் சென்று தேடினார்கள். ஆனால் அவன் கிடைக்கவில்லை.

சதீஷ் ஒருவேளை அவனது அப்பாவும் மாமாவும் சினிமாவைப் பற்றிப் பேசிக் கொண்டிருந்ததால் திரையரங்கில் எங்காவது வெளியில் நின்று கொண்டிருப்பானோ என்ற எண்ணம் தோன்றவே நானும் வீட்டுக்கார அம்மாவின் பின்னையும் தியேட்டருக்குப் போனோம். உள்ளே படம் ஓடிக் கொண்டிருந்தது.

அப்போது அங்கு வந்த தியேட்டர் மானேஜரிடம் விஷயத்தைச் சொன்னேன். அவர் டிக்கெட் கிழித்து உள்ளே அனுமதிப்பவரைக் கை காட்டினார். ''நீங்க சொல்ற மாதிரி எந்தக் குழந்தையையும் பார்க்கலீங்க. வேணும்னா மாடிக்குப் போய் விசாரிங்க'' என்றார். மாடிக்கு ஓடினேன். டிக்



கெட் கிழிப்பவரைக் கூப்பிட்டு, சதீஷின் வயது, அங்க அடையாளங்கள், போட்டிருந்த சட்டை கலர் அனைத்தையும் படபடப் போடு ஒப்பித்து விட்டு, அப்படியொரு குழந்தையை இங்கெங்காவது பார்த்தீர்களா என்று கேட்டேன்.

நான் சொல்வதனைத்தையும் பொறுமையாகக் கேட்ட பின், "ஒரு சின்ன பையன் எங்கிட்ட வந்து என்னோட அப்பாவும் மாமாவும் இங்கே சினிமா பார்க்கிறாங்க. நானும் உள்ளே போகணும்"வான். சரி, இடைவேளைக்கு அப்புறம் இங்கிருக்கிற வங்ககிட்டே விசாரிக்கலாம். இல்லைன்னா ஸ்லைடு போட்டு விளம்பரப்படுத்தலாம் என்று நினைத்து உள்ளே உட்கார வைத்திருக்கிறேன். கொஞ்சம் இருங்கள்" என்றபடி அவர் திரைச் சீலையைத் தள்ளி விட்டு உள்ளேயிருந்து ஒரு குழந்தையைக் கைப் பிடித்து, "இவன்தானா பாருங்கள்" என்று சொன்னதுதான் தாமதம், ஒரு வினாடிக்குள் என் உயிர் போய் மறுபடியும் இயங்க ஆரம்பித்தது போல் உணர்ந்தேன். அவன் என் மகன் சதீஷேதான். அவருக்கு நன்றி கூறி விட்டு குழந்தையுடன் வீடு திரும்பினேன்.

இன்றும், தொலைக்காட்சியில் "காணாமல் போனவர்கள்" நிகழ்ச்சி பார்க்க நேர்ந்தால் அறிவிப்பு கொடுத்தவர்களின் மனநிலை எப்படியிருக்கும் என்பதை, அனுபவப்பூர்வமாக உணர்ந்த என்னால் எண்ணிப் பார்க்காமல் இருக்க முடியவில்லை.

- வசுமதி கண்ணன்

சென்னை சென்ட்ரல் ஸ்டேஷனில் பெங்களூர் செல்லும் மெயில் புறப்பட சில நிமிடங்கள் இருந்த போது அதில் ஏறி அமர்ந்தோம். எதிரிலிருந்த கீழ் பெர்த்தில் ஒருவர் அப்பொழுதே ஹோல்டாலை விரித்துப் படுத்துக் கொண்டு ஓயாமல் புகை விட்டபடி அசிங்கமான பத்திரிகைகளை அடுக்கி வைத்துக் கொண்டு படித்துக் கொண்டிருந்தார். போலியோவால் கால்கள் சூம்பிய ஒரு பையனுடன் வந்த தகப்பனார் சிறிது நேரம் தயங்கி, அந்த இளைஞனிடம்,

"கடைசி நேரத்தில் இவனுக்கு அடுத்த பகுதியில் நடு பெர்த்தான் கிடைத்தது. நீங்கள் தயவுசெய்து அந்த பெர்த்துக்கு மாறி உதவ முடியுமா?" என்று கேட்டார்.

அவன் கறாராக, "வேறு யாரிடமாவது கேளுங்கள்" என்று கூறி விட்டான்.

வண்டி புறப்பட இரண்டு நிமிடங்களே இருந்த போது, ஒரு பெரியவரும் இளம் பெண்ணும் வியர்க்க விறுவிறுக்க ஓடி வந்து ஏறினார்கள். அப் பெண்ணின் தோளில் பிறந்து சில மாதங்களே ஆகியிருந்த பச்சிளங் குழந்தை. அந்த இளைஞனுக்கு நேர் மேலே இருந்த இரண்டாவது, மூன்றாவது பெர்த்களுக்கே அவர்கள் டிக்கெட்டுகளைப் பெற்றிருந்தவர். பெரியவர்,

"ஐயா, கைக் குழந்தை..." என்று ஆரம்பித்ததுதான் தாமதம்.

அவன், "பெரிய ரோதனையாப் போச்சு. தெரிந்தே எதற்காக நடு, மேல் பெர்த்துகளுக்கு டிக்கெட்டுகளை வாங்குகிறீர்கள்? இங்கு வந்து, இப்படி ஒழுங்காக முன்பே வசதியான இடத்துக்கு ரிசர்வ் செய்தவர்களின் உயிரை வாங்குகிறீர்கள்?" என்று பொரிந்து தள்ளினான்.

பொதுவாக, அவன் வாதமும் சரியே. ஆனால் மனிதாபிமான அடிப்படையில், கால் சூம்பியவனுக்கும், கைக் குழந்தைக் காரிக்கும் உதவுவதால் அவன் குறைந்து விடப் போவதில்லையே! இதை மூன்றாவது மனிதர்கள் சொல்ல முடியுமா? நாங்கள் பேசாமல் இருந்தோம்.

அப்பொழுது அந்தப் பெரியவர், "ஐயா, நான் சொல்ல வந்ததை நீங்கள் தப்பாகப் புரிந்து கொண்டீர்கள். கணவனுடைய உத்தியோக நிலைமைகளால் இவள் அடிக்கடி இரயிலில் தனியாகவே பயணம் செய்து கூட நன்கு பழக்கப்பட்டவள். இப்பொழுதும் குழந்தையை அருகில் வளர்த்தியபடி இவளால் நடு பெர்த்தில் பயணம் செய்ய முடியும். அதில் சிரமம் இல்லை. ஆனால் இரவெல்லாம் கைக் குழந்தை அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கும். என்னதான் ரப்பர் விரிப்பைப் பயன்படுத்தினாலும் தூக்கத்தில் அது விலகி, ஐயா மீது நீர் விழக்கூடும். அதைத்தான் சொல்ல வந்தேன்" என்றார்.

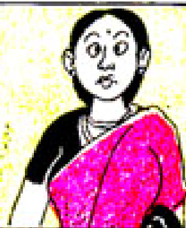
திகைத்த அந்த வாலிபன் மறு பேச்சில்லாமல் வாரிச் சுருட்டிக் கொண்டு நடு பெர்த்திற்கு மாறினான்.

"மயிலே, மயிலே என்றால் இறகு போடுமா?", "ஆடுகிற மாட்டை ஆடிக் கற, பாடுகிற மாட்டைப் பாடிக் கற" என்ற பழமொழிகளை எண்ணி நாங்கள் வாய்க்குள் சிரித்துக் கொண்டோம்.

- எஸ். சரோஜினி

சப்பாத்தி மாவு பிசையும் பொழுது கால் தம்ளர் பால் விட்டுப் பிசைந்தால், ஒரு துளிகூட எண்ணெய் விடாமலே புஸ்ஸென்று மிருதுவான சப்பாத்தி கிடைக்கும். பிசைந்த மாவைக் கொஞ்ச நேரம் ஃப்ரிட்ஜில் வைத்த பிறகு சப்பாத்தி செய்தால் இன்னும் மிருதுவாகக் கிடைக்கும். டயட்டில் இருப்பவர்களுக்கு இது ஒரு வரப்பிரசாதம். சுவையும் நன்றாக இருக்கும்.

- ராதா ராஜன்



சேலைகள்

முற்றிலும் சேலைகள்

சேலைகள் தவிர வேறில்லை

ஆம்! மூன்று பத்தாண்டுகளாக சேலைகள் மட்டுமே
விற்பனை செய்து வரும் பெரிய நிறுவனம்.
மதுரையின் மாபெரும் புடவைக்கடை





சேலைகளின் சமுத்திரம்

காஞ்சிபுரம், ஆரணி, தர்மாவரம், பனாரஸ்
பட்டுப்புடவைகள் மற்றும் மைசூர்சில்க்
போன்ற ஏராளமான அனைத்து ரக சேலைகளும்
நிறைந்த நியாய விலை புடவைக்கடை

A.C. HABIB'S

பெமினா

10,11 மேலச்சித்திரை வீதி, மதுரை 625 001.

பெமினா சில்க்ஸ்

30, மேலச்சித்திரை வீதி, மதுரை 625 001.

மற்றும்

கோல்சா காம்ப்ளக்ஸ், அண்ணாநகர், மதுரை 20.
ஹோட்டல் தமிழ்நாடு வளாகம்,
அழகர் கோவில் சாலை, மதுரை 2.

UNIQUE/FS/0410/7/93

இங்கே மற்றொரு வானொலி ப்ரியா!



டி.வி. மெட்ரோ சேனலுக்குப் போட்டியாக அகில இந்திய வானொலியும் எஃப்.எம். பேண்டில் மெட்ரோ நேரம் ஆரம்பித்து இருக்கிறார்கள். அங்கே பிரபலமான ப்ரியா போலவே இங்கே ஒரு ப்ரியா கிஷோர். 'ப்ரியமான நேரம்' வழங்கும் திருமதி ப்ரியா கிஷோர் போட்டி என்பதை ஆட்சேபித்தார் :-

''தொலைக்காட்சிக்குப் போட்டியாக ரேடியோ ஆரம்பித்துள்ளது என்று சொல்வதற்கில்லை. இரண்டிற்கும் நிறைய வேறுபாடுகள் உண்டு. வானொலி நிகழ்ச்சிகளைக் கேட்டுக் கொண்டே நம் வேலைகளைத் தொடரலாம். டி.வி. போல உட்கார்ந்து பார்க்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. மேலும் வானொலி மெட்ரோவில் தமிழ் நிகழ்ச்சிகள் காலை வேளையில்தான் ஒலிபரப்பாகின்றன. அது சுறுசுறுப்பான நேரம். அதனால் கேட்பதற்கு நிறைய ஆர்வம் இருக்கும். தொலைக்காட்சி மெட்ரோவில் தமிழ் நிகழ்ச்சிகள் மாலை, இரவு நேரங்களில் ஒளிபரப்பப்படுகின்றன. அது 'ரிலாக்ஸிங்' நேரம். அலுவலகத்திலிருந்து ஓய்வை விரும்பும் நேரம். குழந்தைகள் படிக்கும் நேரம். அதனால் தொலைக்காட்சியை விட வானொலிக்கு நேயர்கள் அதிகம்.

இதற்குச் சான்று எங்களுக்கு வரும் கடிதங்கள். ஒரு நாளைக்கு 4,000க்கும் மேற்பட்ட கடிதங்கள் வருகின்றன. பல போட்டிகள் நடத்திப் பரிசுகள் வழங் குகிறோம். போட்டிகளில் பங்கு பெறுவதற்காகவே ஆர்வத்துடன் நேயர்கள் அதிகமாகி இருக்கிறார்கள்.''

''உங்கள் நிகழ்ச்சிகள் முழுக்க சினிமா மயமாகவே இருக்கிறதே?''

ப்ரியா கிஷோர் : ''நேயர்கள் மேல் பழியைப் போடுவதில் எனக்கு உடன்பாடில்லை. எந்தப் புதுமையாக இருந்தாலும் மக்கள் அதை வரவேற்பார்கள். எங்களுக்கு விளம்பரங்களைத் தரும் விளம்பர நிறுவனங்கள்தான் இதற்குக் காரணம். சினிமாதான் மக்கள் பொழுதுபோக்காக நினைக்கிறார்கள் என்று கருதுகிறார்கள். மேலும் நாங்கள் திங்கள் கிழமைகளில் 'மாலைக் கதிர்', 'ஈவினிங் மெட்ராஸ்', பத்திரிகைகளுக்காக 'முத்துக்குவியல்' என்னும் நிகழ்ச்சி நடத்துகிறோம். இதில் பங்கு மார்க்கெட் நிலவரம், உலகில் பல்வேறு இடங்களில் நடக்கும் சின்னச் சின்ன சுவையான தகவல்கள், சமையல் குறிப்புகள் போன்ற சுவையான பலதரப்பட்ட செய்திகள் ஒலிபரப்புகிறோம். இதுதான் முதன் முதலில் ஒலிபரப்பாகும் ரேடியோ பத்திரிகை.

மேலும் இதில் பெண்களுக்கு முதலிடம் அளிக்கிறேன். திறமையுள்ள பெண்மணிகள் தங்களது திறமைகளைப் பற்றி புகைப்படத்துடன் எங்களுக்கு எழுதி அனுப்பினால் அவர்களின் திறமைகளுக்கு ஏற்றவாறு எங்கள் நிகழ்ச்சியில் வாய்ப்பு அளிக்கிறேன். இது ஒரு இலவச விளம்பரம் போல் அமையும். சமையல் குறிப்பு எழுதி அனுப்பலாம்.

''சினிமா நேரத்தில் தொலைக்காட்சியில் வரும் ப்ரியாவும், நீங்களும்

ஒன்று என்பது போலக் குழப்பம் வந்திருக்கிறதா? இதுபற்றிய சுவையான அனுபவம் பற்றிச் சொல்ல முடியுமா?''

''கண்டிப்பாக இல்லை என்பேன். ஏனென்றால் நான் 1987-லேயே நேயர்களுக்கு 'ப்ரியம்வதா' என்ற பெயரில் அறிமுகமானவள். என் தந்தை பிரபல நாடகாசிரியர் ராது. அதனால் மக்களிடம் நான் முன்பே அறிமுகமானவள். 'அந்தப்புரம்', 'சின்னச் சின்ன பூக்கள்' என்ற இரண்டு தொடர்களை ப்ரியா விஷனுக்காகத் தயாரித்தேன். அது தொலைக் காட்சியில் ஒலிபரப்பாயின. அதனால் சினிமா நேரப் 'ப்ரியா' பிரபலமானதால் நான் ப்ரியா என்று பெயர் வைத்துக் கொண்டிருப்பதாக நினைக்க வேண்டாம். திருமணத்திற்குப் பிறகு என் கணவர் கிஷோர் அவர்களின் பெயரைச் சேர்த்து ப்ரியா கிஷோர் ஆனேன்.

''உங்கள் கணவர் கிஷோர் நீங்கள் ஏற்றுக் கொண்டிருக்கும் இந்த வேலையில் எந்தவிதத்தில் உதவியாக இருக்கிறார்?''

''என் கணவர் கிஷோர் திருமணத்திற்கு முன் பங்கு மார்க்கெட் தொழிலில் ஈடுபட்டிருந்தார். இப்பொழுது அத்துடன் எனக்கும் நிகழ்ச்சித் தயாரிப்பில் உதவியாக இருக்கிறார். எங்கு சென்றாலும் இருவரும் ஒன்றாகத்தான் செல்வோம். எனக்கு 6 மாதத்தில் ஒரு குழந்தை. குழந்தையை என் அம்மா பார்த்துக் கொள்கிறார். சமையல் எனக்குத் தெரியும். ஆனால் இப்பொழுது என் பாட்டி தான் சமைக்கிறார். என் தந்தையும் இதே துறையில் இருப்பதால் எனக்கு எல்லோரும் ஏற்கெனவே அறிமுகமானவர்கள். குடும்பத்தைப் பற்றிய கவலை எனக்கு இல்லை.''

''ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் 'பாடு நிலா பாலு' என்று ஒரு நிகழ்ச்சி நடத்துகிறீர்களே! ஞாயிற்று கிழமைகளில் காலையிலேயே தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகள் ஆரம்பித்து விடுகின்றனவே.''

''நான் முன்பே சொன்னது போல் வானொலிக்கு நேயர்கள் அதிகம். அதுவும் ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் திரு எஸ்.பி. பாலசுப்ரமணியம் பாடல்களுக்கு இன்னும் அதிகம். இந்த நிகழ்ச்சி ஒலிபரப்பப் போகிறேன் என்று முன்பே சொல்லி அவரிடம் ஆசி பெற்று விட்டேன். நேரடியாக அவருக்கும் ஃபோன் மூலமாகவும், கடிதம் மூலமாக வும் பாராட்டு வந்ததாகத் தெரிவித்தார். எங்களுக்கு வந்த ஒரு கடிதம் சுவையானது. அந்த நேயர் எஸ்.பி.பி 1,2, 3 சொன்னால் கூட நாங்கள் விரும்பிக் கேட்போம். சந்தேகமானால் அவரைச் சொல்லச் சொல்லுங்கள்' என்று எழுதியிருந்தார்.''

பேட்டி : புஷ்பா ரமணி

மெட்ரோ நேரம் பற்றி அகில இந்திய வானொலி நிலைய இயக்குனர் (சென்னை) திருவேங்கடம் :-

''நமது வானொலியில் வர்த்தக ஒலிபரப்பு தனியாக இயங்கி வரும் போது வர்த்தகங்கள் நிறைந்த மாநகர அலைவரிசையைத் தொடங்கி அதைத் தனியார் தயாரிப்பாளர்களுக்கு விடக் காரணம் என்ன?''

வானொலி நிலைய இயக்குனர் : ''இது புதிய பொருளாதாரக் கொள்கையின் ஓர் அம்சம்தான். வானொலி, தொலைக்காட்சி போன்ற மக்கள் தொடர்பு சாதனங்களை தனியார்வசம் ஒப்படைக்கும் எண்ணம் இருந்து வருவது மக்களுக்குத் தெரிந்த விஷயம்தான். அதன் ஒரு பகுதியாகத்தான் பண்பலையை மாநகர அலைவரிசையாக்கித் தனியார் நிகழ்ச்சிகளை ஒலிபரப்பி வருகிறோம். ஏனென்றால் நிகழ்ச்சிகளை அளிப்பதில் ஓர் ஆரோக்கியமான போட்டி இருக்கும். புதிய புதிய நிகழ்ச்சிகளைத் தரமானதாக வழங்க முடியும்.

''நிகழ்ச் சிகளைக் கேட்பவர்களுக்கு ஒரு மனத்தாங்கல் உண்டு. நிகழ்ச்சிகள் சினிமா சம்பந்தமாகவே இருக்கிறது. இதுவரை பண்பலை இசையின் பல்வேறு வடிவங்களை ஒலிபரப்பி வந்துள்ளது. கர்நாடக இசை, மெல்லிசை, நாட்டுப் பாடல்கள், பக்திப் பாடல்கள் போன்றவை இசைப் பிரியர்களை மகிழ்வித்து வந்தது. மெட்ரோ என்ற பெயரில் நீங்கள் சினிமாவை அல்லவா பரப்புகிறீர்கள்? இதைத் தவிர்க்க முடியாதா?''

இயக்குனர் : ''நாங்கள் நிகழ்ச்சிகள் தயாரிக்கச் சில நிபந்தனைகள் வைத்திருக்கிறோம். 'செய்திகள்' என்று தனித்து ஒலிபரப்ப இங்கு வாய்ப்பில்லை. அதுபோல சமயத் தொடர்பான நிகழ்ச்சிகளும் ஒலிபரப்பக் கூடாது. இதில் 9 நிமிடங்கள் விளம்பரங்கள் அனுமதிக்கப்படுகின்றன. ஒரு நிமிடம் மக்களின் நலனை அறிவுறுத்தும் ஸ்லோகன்கள் அறிவிக்கவேண்டும். மற்றபடி இதைத்தான் தரவேண்டும் என்று தனியார் தயாரிப்பாளர்களை வற்புறுத்த வானொலிக்கு வாய்ப்பில்லை. சினிமாத் தொடர்பான நிகழ்ச்சிகளை மக்கள் விரும்புவது காரணமாக இருக்கலாம்.''

80 வருடங்களுக்கு முன் வந்திருக்க வேண்டிய
ஒரு புதிய டீ-யை வழங்குகிறோம்.

பாரீஸ் டீ.

அந்த இனிமையான கடந்த கால
நாட்களுக்குச் சொந்தமான டீ.
அன்று எல்லாமே அருமையாகத்
தயாரிக்கப்பட்டன ; காண்பதற்கு
மேன்மையாக இருந்தன ; சுவைக்கச்
சிறப்பாக இருந்தன. பாரீஸ் டீ.
பாரம்பரியமும் சுவையும் இனிய
நினைவுகளும் அற்புதமாக இணைந்த
கலவை. பாரீஸ் டீ உங்கள் மனதில்
என்றும் நிலைத்திருக்கும் ருசி.
உங்களால் என்றும் மறக்க
முடியாத ருசி.



பாரம்பரியம் கலந்த சுவை

கூந்தலுக்கு இன்றைய பராமரிப்பு நாளைய பாதுகாப்பு நிச்சயமாக.



கேசம் சரிவர பராமரிக்கப்படா விடில் நாளடைவில் உதிரத் தொடங்கும்.

குஞ் கூந்தல் தைலம் மயிர் கால்களுக்கு வலுவூட்டி செழித்து வளரச்செய்யும்.

குஞ் கூந்தல் தைலத்தை தொடர்ந்து உபயோகிப்பதால் பருவத்திற்கு முன்பு ஏற்படும் பித்தநரை, செம்பட்டை நிறம் மாறும்.

குஞ் கூந்தல் தைலம் பொடுகு, செதில் உரிதல் போன்றவற்றுக்கு ஒரு சிறந்த நிவாரணி.

அழகு மிளிரும் அடர்த்தியான கூந்தலுக்கு

நம்பகமான ஒரே கூந்தல் தைலம்

குஞ்

கூந்தல் தைலம்

தயாரிப்பாளர்கள்:
அகஸ்த்தியர் பார்மாசூட்டிக்கல்ஸ்
சேலம் 636 005

இப்பொழுது எங்கும் கிடைக்கிறது

Mayur /15893

இந்த மாயாஜால கம்பளத்தின் இரகசியங்களை கண்டுகொள்ளுங்கள்



- **துவைக்கக் கூடியது & கறை எதிர்க்கவல்லது**
  ஸப்னா கறையை எதிர்க்க வல்லது மற்றும் துவைக்கும் ஒவ்வொரு முறையும் புத்தம் புதியதாக விளங்கும்.
- **நீடித்துழைக்கக்கூடியது**
  ஸப்னா கார்பெட்கள் மற்றும் மேட்கள் கிழிக்க முடியாத நூலினைக் கொண்டு நெய்யப்படுவதால் வருடாவருடம் நீடித்துழைப்பதை உறுதிப்படுத்துகிறது.
- **கவர்ச்சிகரமான டிசைன்கள்**
  பரவசமூட்டும் வண்ணங்கள் மற்றும் டிசைன்களின் அணிவரிசையிலிருந்து நீங்கள் உங்கள் அறைகளின் வண்ண எழிலுக்கேற்ப தேர்ந்தெடுக்கலாம்.
- **பன்முக உபயோகம்**
  உங்கள் இல்லத்தின் பல்வேறு உபயோகங்களுக்கு ஸப்னா கார்பெட்கள் & மேட்கள் கச்சிதமானவை. பூஜை செய்ய, உட்கார, உண்ண, படுக்க, உல்லாசப் பயணத்திற்காக மற்றும் குழந்தைகள் விளையாட போன்ற உபயோகங்களுக்கான மேட்களிலிருந்து உங்கள் இல்லத்தின் பிரதான அறைக்கு தேவையான அலங்கார மைய விரிப்பு வரையிலான மேட்கள் அணிவரிசை உள்ளது.
- **அளவு வரிசை**
  ஸப்னா கார்பெட்கள் & மேட்கள் (30x45 செ.மீ. லிருந்து 270x360 செ.மீ.) வரையிலான அளவுகளில் கிடைக்கின்றன.
- **ஜப்பானிய தொழில் நுட்பம்**
  அஸாஹோ மெஷின் மேன்யுஃபேக்சரிங் கம். லிட்., ஒகயாமா, ஜப்பான் நிறுவனத்தின் வழங்கும் ஜப்பானிய தொழில்நுட்பத்தின்படி ஸப்னா கார்பெட்கள் & மேட்கள் தயாரிக்கப்படுகின்றன.



Sapana
CARPETS & MATS

SAPANA POLYWEAVE PVT. LTD.
158, C.S.T. Road, Kalina, Santacruz (East), Bombay 400 098.

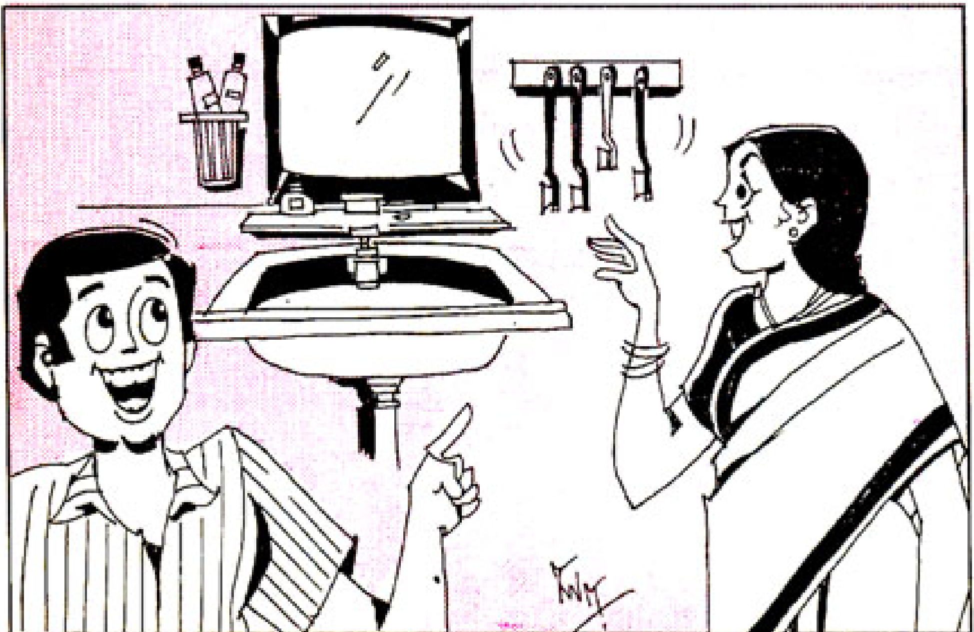
பல்லே பிரதானம் - 10

டாக்டர் பி. பி. ராஜன்

'பிரஷ்'ஷைத் தொங்க விடுங்கள்

வாயைச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்ளுவதும், பற்களை பாதுகாப்பாகப் பேணிக் கொள்வதும் ஒவ்வொருவருடைய முக்கியக் கடமையாகும். வாய் சுத்தமாக இல்லாவிட்டாலும் பற்கள் பழுதாகியிருந்தாலும் உடலின் முக்கிய உறுப்புகள் பாதிக்கப்படலாம். ஆதலால் ஒருவர் தன் உடல் நலத்தைப் பேணுவதற்கு வாய், பற்கள் சுத்தத்திற்கு மிகுந்த முக்கியத்துவம் கொடுக்க வேண்டும்.

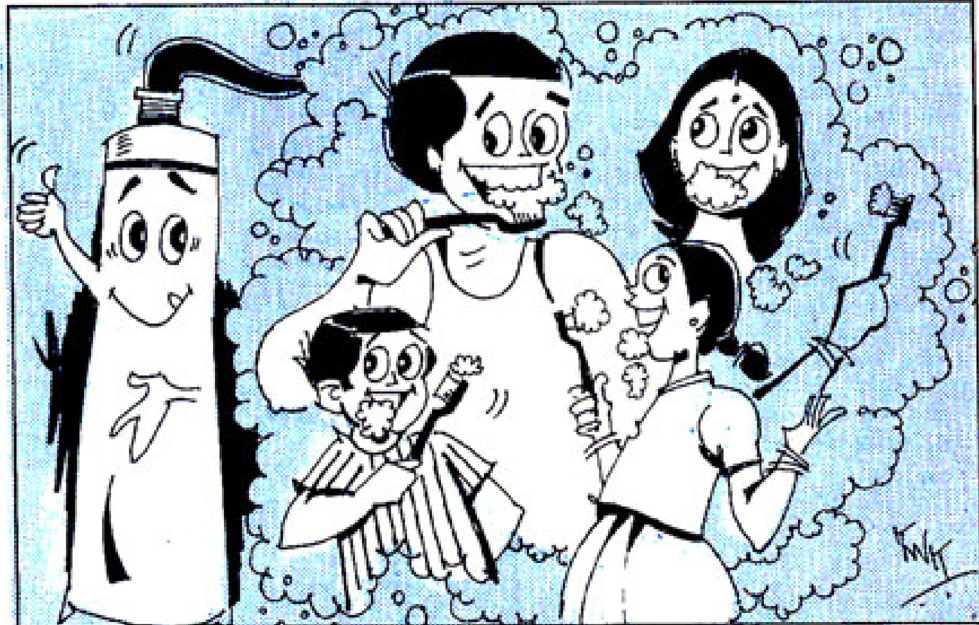
குழந்தையாக இருக்கும் போது 6 வயதிற்கு மேல் முளைக்கும் நிரந்தரப் பற்கள் ஒருவருடைய ஆயுள் காலம் முழுவதற்கும் இருக்க வேண்டியவை. பற்களின் மேல் பாகத்தில் காணப்படுகிற எனாமல் தேய்ந்து விட்டால், அது மறுபடியும் உண்டாகாது. ஆகையினால், நாம் பற்களைச் சுத்தம் செய்யும் போது, எனாமல் தேய்ந்து போகாத வாறு, மிருதுவான பொருள்களைக் கொண்டு சுத்தம் செய்வது நல்லது. நாம் சோப்புத் தேய்த்துக் குளிக்கும் போது சோப்பு நுரையினால் உடலில் உள்ள அழுக்கு வெளியேற்றப்படுகிறது; அதே போன்று, பற்பசையில் வரும் நுரையினால் பற்களின் மேலுள்ள பாகமும் இடையிலுள்ள பாகமும் சுத்தமாக்கப்படுகிறது. தகுந்த பற்பசையைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் பலருக்கும் சந்தேகம் உண்டாகும். நுரை அதிகமாக வரக்கூடிய பற்பசையைத் தேர்ந்தெடுப்பது நல்லது. அதோடு கூட, ஒருவ



ருக்குப் பிடித்தமான வாசனையோ ருசியோ உள்ள பற்பசையையும் தேர்ந்தெடுக்கலாம். ஆனால் அந்த பற்பசை மிருதுவானதாக இருப்பது அவசியம்.

மிருதுவான பற்பசை அல்லது பற் பொடிகளைத் தவிர்த்து விட்டு, செங்கற் பொடி, உப்பு, கரித்தூள், மணல் போன்ற கடினமான பொருள்களைக் கொண்டு பற்களைத் தேய்த்தால், பல்லின் மீதுள்ள எனாமல் மட்டுமல்லாமல், அதன் உள்ளேயிருக்கிற பாகங்களும் தேய்ந்து போய், பற்கள் கூர்மையாகி விட ஏதுவாகும். கூர்மையாகி விட்ட பற்கள் கன்னத்தின் உள்பக்கத்திலோ அல்லது நாக்கின் பக்கவாட்டிலோ குத்திக் கொண்டு இருப்பதால் அங்கே புண் ஏற்பட்டு புற்றுநோயாக மாற வழி உண்டு.

''ஆலும் வேலும் பலலுக்கு உறுதி நாலும் இரண்டும் சொல்லுக்கு உறுதி'' என்பது முதுமொழி. இதன் பொருள் யாவரும் அறிந்ததே. ஆலமரத்தின் விழுதைக் கொண்டும் வேல மரத்தின் குச்சியைக் கொண்டும் பல் துலக்கலாம். ஆனால் அவற்றை உபயோகிக்கும் முன்னர், அதை நன்றாகக் கடித்து பிரஷ் போன்று செய்து விட்டு உபயோகிக்க வேண்டும். கடையில் வாங்கும் பிரஷ் கூட மிருதுவாக இருக்கிறதா என்று தெரிந்து கொண்டு உபயோகப்படுத்துவது நல்லது. பிரஷ்ஷின் மிருதுத் தன்மை அல்லது கடினத் தன்மையைத் தெரிந்து கொள்வதற்காகத்தான், பிரஷ்ஷின் குஞ்சம் இருக்கும் பகுதி கண்ணாடித் தாளால் மூடப்பட்டிருக்கும். நம் நாட்டில் உற்பத்தி செய்



வாயில் புற்றுநோய் வருவதற்கு கூர்மையான பற்கள் ஒரு முக்கியமான காரணம். தவிர, புகை பிடிப்பதாலும், வாயில் நீண்ட காலத்திற்குப் புண் இருப்பதாலும், அதிகக் காரமான உணவு வகைகளை உட்கொள்ளுவதாலும் வாயில் புற்று நோய் ஏற்படலாம். உலகிலேயே தமிழ்நாட்டில்தான் வாய்ப் புற்றுநோய் அதிகமாகக் காணப்படுகிறது. புகையிலையை வாயில் அடக்கிக் கொண்டு அப்படியே இரவில் தூங்கி விடுவதும் உண்டு. இதுவும் கன்னத்தில் உண்டாகும் புற்றுநோய்க்கு ஒரு முக்கிய காரணம். பாக்கு அடிக்கடி உபயோகித்துக் கொண்டிருந்தால், மிருதுவான கன்னத்தின் உட்பாகம் இறுகிப் போய் வாயைத் திறப்பதில் கூட சிரமம் ஏற்படுகிறது. இதனால் கூட புற்றுநோய் ஏற்படலாம்.

யப்படும் பிரஷ்களுக்கு தரக் கட்டுப்பாடு நிர்ணயம் சரியாக இல்லாததால் நாம்தான் குஞ்சம் இருக்கும் பகுதியைக் கையால் தடவிப் பார்த்து மிருதுவான பிரஷ்ஷைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். புகை பிடிப்பதாலோ வெற்றிலை பாக்குப் போடுவதாலோ பல்லில் கறை படிந்திருந்தால், கடினமான பிரஷ்ஷை உபயோகிக்கலாம். சாதாரணமாக வயதானவர்கள் கடினமான பிரஷ் உபயோகிப்பது உண்டு. எப்படியிருப்பினும் நாம் பற்களைச் சுத்தம் செய்யும் போது எனாமல் தேய்ந்து விடாமல் பார்த்துக் கொள்ளுவதுதான் முக்கியமான நோக்கமாக இருக்க வேண்டும்.

பல் துலக்கும் போது வாயில் ஈறுகளிலிருந்து இரத்தம் கசிந்தால், பல் மருத்துவரை அணுகி, பல் துலக்கும் முறை சரி

தானா என்று தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். தவிர ஈறுகள் நன்றாக இருந்தால், பல் தேய்க்கும் போது இரத்தம் வரக் கூடாது. நீண்ட காலமாக கடினமான பிரஷ்ஷை உபயோகித்து வந்தாலும் வாயினுள் இருக்கும் உமிழ் நீர் சுரப்பியில் அமிலம் அதிகமாக இருந்தாலும் எனாமல் தேய்ந்து அல்லது கரைந்து போய் பற்களில் கூச்சம் உண்டாகும். அப்படிப்பட்ட கூச்சத்தைத் தவிர்ப்பதற்குத் தகுந்த மருந்து கலந்த பற்பசையை உபயோகித்து அதை ஒருவாறு கட்டுப்படுத்தலாம். அப்படிப்பட்ட மருந்து கலந்த பற்பசையில் அதிகமாக நுரை வராது.

எவ்வளவு காலத்திற்கு ஒரு தடவை பல் துலக்கும் பிரஷ்ஷை மாற்ற வேண்டும் என்ற சந்தேகம் வரலாம். பிரஷ்ஷிலுள்ள குஞ்சங்கள் நேராக இல்லாமல் வளைந்து விடும் போது பிரஷ்ஷை மாற்றி விட வேண்டும். சாதாரணமாக உபயோகித்து வந்தால் 3 அல்லது 4 மாதங்கள் வரை மாற்ற வேண்டிய நிலை ஏற்படாது. தவிர, பிரஷ்ஷின் கைப் பிடியில் ஒரு துவாரம் இருப்பதைப் பார்த்திருப்பீர்கள். பிரஷ்ஷை உபயோகித்து விட்டுக் கழுவிய பின்னர் படுக்கை நிலையில் வைக்காமல் தொங்க விடுவது நல்லது. அப்படிச் செய்வதால் அதில் உள்ள நீர் வடிந்து காய்ந்து சுத்தமாக இருக்கும்.

ஏதாவது காரணத்தால் பற்களை இழக்க நேரிட்டால் மாற்றுப் பற்கள் வைத்துக் கொள்ளுவது நல்லது. பல் போனால் சொல் போச்சு என்ற பழமொழிக்கு ஏற்ப, பற்கள் இல்லாதவர்கள் பேசும் வார்த்தைகள் கேட்பவர்களுக்குத் தெளிவாகப் புரியாது. பல் இல்லாமல் நாம் சுற்றத்தார் நண்பர்கள் வீடுகளுக்குச் செல்லும் போது நமக்காக விருந்துவான ஆகாரங்களைத் தயாரிக்க வேண்டியிருக்கிறது. பிறருக்குக் கஷ்டம் கொடுக்காமல் இருப்பதற்காகவாவது நாம் செயற்கைப் பற்களை வைத்துக் கொள்வது நல்லது. நன்றாகப் பழகிய பின், செயற்கைப் பற்களை வைத்துக் கொண்டே முறுக்கு போன்ற கடினமான பொருட்களைக் கடித்துச் சாப்பிடலாம். செயற்கைப் பற்கள் கீழே விழுந்து உடைந்து விட்டால், அவற்றைத் தூக்கி எறிந்து விடாமல் எளிதாக ரிப்பேர் செய்து பயன்படுத்தலாம்.

ஆகவே நீங்கள் ஆரோக்கியமாக வாழ்வதற்கும், வசீகரமாகத் தோன்றுவதற்கும், ருசியாகச் சாப்பிடுவதற்கும், நன்றாகப் பேசுவதற்கும் பற்கள் இன்றியமையாதவை என்று கூறிக் கொண்டு அவைகளைப் பேணிக் காப்பது நம் தலையாய கடமை என்பதை ஒவ்வொருவரும் உணர வேண்டியது அவசியம் என்று சொல்லி இந்தக் கட்டுரையை நிறைவு செய்கிறேன்.

தொகுப்பு : கே. எஸ். பத்மநாபன்

உ

தத்வலோக ஆஸ்ரமம்

சென்னை

ராம

உலகிற்கு தாயாகவும் தந்தையாகவும் விளங்குகின்ற ஈஸ்வரனும் அம்பாளும் சதாசர்வகாலமும் ஜபிக்கும் மந்திரம் பிரம்ம மந்திரமான ''ராம'' மந்திரம். நூறு கோடி மந்திரங்களுக்கு இணையான இம் மந்திரத்தை ஸ்காந்தம் கீழ்கண்டவாறு புகழ்ந்துரைக்கின்றது.

''ராமேதித்வயாக்ஷரோ மந்த்ரோ மந்த்ரகோடி ஶதாதிக''

இம் மகாமந்திரத்தை ஆணிவேராகக் கொண்டு சரணாகதியை வலியுறுத்தி சிவசக்தி ஸ்வரூப பத்ம பாதங்களுடன் கூடிய ஸ்ரீ பீடம் ஒன்றை இவ்வாஸ்ரமத்தில் மூலமாக நிறுவ அம்பாள் ஒரு அன்பரின் மூலமாக திருவாய் மலர்ந்தருளியுள்ளார்கள். ஸ்ரீ பீடத்தில் முழு வடிவமைப்பும் அம்பாளால் அருளப் பட்டது.

ஸ்ரீ அபிராமி பட்டர் சிவசக்தி பத்மபாதங்களை கீழ்கண்டவாறு அபிராமி அந்தாதியில் புகழ்ந் துரைக்கின்றார்.

சொல்லும் பொருளும் என
நடமாடும் துணைவருடன்
புல்லும் பரிமளப் பூங்
கொடியே நின் புதுமலர்த்தாள்
அல்லும் பகலும் தொழும்
அவர்க்கே அழியா அரசும்
செல்லும் தவநெறியும் சிவ
லோகமும் சித்திக்குமே.

மன அழுக்குகளை வெளியேற்ற நமது சித்தர்களும் ஞானிகளும் மிகவும் வலியுறுத்தி சொன்ன மார்க்கம் ''சரணாகதி''. சித்தர்களும் ஞானிகளும் பிரம்ம நிலையை அடைய உதவிய பிரம்மந்திரத்தை எல்லோரும் ஜபித்து பிறப்பு இறப்பற்ற நிலையை அடைய உலகிலேயே முதன் முறையாக இவ்வாஸ் ரமம் அம்பாளின் அருளாசியுடன் அமைக்கப்படுகிறது.

எல்லா மதங்களும், ஆன்மநேய ஒருமைப்பாட்டை வலியுறுத்துகின்றன. இதைக் கருத்தில் கொண்டு எல்லா மதத்தவரும் வணங்கி வழிபட ஸ்ரீ ரமண மஹரிஷி, ஸ்ரீ ஆதிசங்கரர், ஸ்ரீ மஹாவீரர், ஸ்ரீ அரவிந்தர், ஸ்ரீராமகிருஷ்ண பரமஹம்ஸர், ஸ்ரீ சேஷாத்திரி சுவாமிகள் போன்ற அவதார புருஷர் களின் திருவுருவ சிலைகளோடு கிறித்தவ மதத்தின் புனித சிலுவைச் சின்னம், இஸ்லாம் மதத்தின் பிறை சந்திரனில் நட்சத்திரம் ஸ்ரீ பீடத்தை அலங்கரிக்க இருக்கின்றன.

சமயப் பணிகளோடு, இவ்வாஸ்ரமம் கீழ்கண்ட சமுதாய பணிகளிலும் பங்கேற்க இருக்கிறது :

1. ஏழைகளுக்கு மருத்துவ முகாம் நடத்துதல்
2. புயல் வெள்ளம் போன்ற இயற்கை சீற்றத்தின் போது பாதிக்கப்பட்டோருக்கு உதவுதல்.
3. ஏழை மாணவ, மாணவியருக்கு மேற்படிப்புக்கு நிதி உதவி செய்தல்.
4. வேதபாட சாலைகளுக்கு நிதி உதவி செய்தல் சித்தர்களின் சரணாலயமாக விளங்க இருக்கும் இவ்வாஸ்ரமத்திற்கு அளிக்கும் நன்கொடைகளுக்கு வருமான வரி விலக்கு உண்டு. (Under 80 G of Income Tax Act)

இவ்வாஸ்ரமத்தை சென்னை, குன்றத்தூருக்கு அருகாமையில் உள்ள காட்டரம்பாக்கம் என்னும் கிராமத்தில் அமைக்க உள்ளோம். இத் திருப்பணியின் முதல் கட்டமாக இவ்வாஸ்ரமத்தில் 11.7.1993 (ஞாயிற்றுக் கிழமை) அன்று பல கோடி ''ராம'' மந்திரம் எழுதிய நோட்டு புத்தகங்களை யந்திரமாக வைத்து சிவலிங்கம் பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்டது. இந்த அறிவிப்பை காணும் மெய்யன்பர்கள் நன் கொடையை கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு செக், டிராப்டு, அல்லது மணியார்டர் மூலமாக அனுப்பி அம்பா ளின் அனுக்கிரகத்திற்கு பாத்திரமாகும்படி அன்புடன் அழைக்கிறோம்.

தத்வலோக ஆஸ்ரமம் டிரஸ்ட்,

(TATTWA LOKA ASHRAM TRUST)

நெ. 22, கிழக்கு மாட வீதி,
மைலாப்பூர், சென்னை - 600 004.

சொல்ல விரும்புகிறோம்!

★ இதழின் முதல் பக்கத்திலேயே மங்களகரமாக, "சுவாஸினி பூஜை" பற்றிய கட்டுரையை அற்புதமான வண்ணப் படங்களுடன் வெளி விட்டு, நவராத்திரி சிறப்பிதழை "ஏக தடபுடல்" செய்து விட்டீர்களே! சபாஷ்!

மதுரை - 10, ஆர். லட்சுமி.

★ பிற நாடுகள் எங்கள் நாட்டினைக் கண்டு பொறாமைப்படும் விதத்தில் வருங்காலம் அமையப் போவது உறுதி என்று டாக்டர். கமலி ஸ்ரீபால் பருவமே, பருவமே என்ற கட்டுரை யில் கூறியுள்ளார். இதனை நிலை நாட்ட இன்றைய இளைஞர் சமுதா யம் பாடுபட வேண்டும்.

கொடிமங்கலம், ஆர். ஏ. வளர்மதி.

★ வாழ்க்கையே ஒரு குளறுபடி என நொந்து கொள்ளும் இந்த டென்ஷன் யுகத்தில் "வாழ்க்கையே ஒரு கொலு படி"ன்னு வந்த கட்டுரையை படித்த பின் மனம் அமைதியை நாடி விட்டது.

மதுரை - 11, சுசந்தி நாராயணன்.

★ மஞ்சுளா ரமேஷின் நேரடி வருணிப் பில் திருச்சி மகளிர் விழா செய்தி களும், வண்ணப் புகைப்படங் களும் அரிய விருந்தானது. மங்கையர் மலர் வந்ததும் முதலில் படிக்கத் தோன்று வது இம் மாதிரியான 'வெளியூர் பிர யாண + விழா' பற்றின கட்டுரைதான்.

சென்னை - 1, மண்ணடி பாலாஜி.

★ அம்மன் வேடங்களில் பல படங்க ளில் நடித்து எண்ணற்ற ரசிக ரசிகை களைப் பக்திப் பரவசத்தில் ஆழ்த்திய திருமதி கே. ஆர். விஜயாவின் பேட்டி அருமையாக இருந்தது. அதிலும் ஏ.பி.என்.ஐப் பற்றி அவர் கூறிய கருத்துக்கள் எந்த நிலையிலும் அவர் பழசை மறக்கவில்லை என்பதைத் தெளிவுபடுத்தியது.

திருப்பரங்குன்றம் - 5,
டி.கே. சுப்பிரமணியன்.

★ நவராத்திரி சிறப்பிதழுடன் வெளி யிட்ட இணைப்பில் இடம்பெற்ற பட் டீஸ்வரம் துர்க்கையம்மனின் அட் டைப் படம் அருமை!

சிவலப்பேரி விஷ்ணு துர்க்கை, பட்டீஸ்வரம் தேவி துர்கை பற்றிய படங்களும் கட்டுரையும் அவ்விரு ஆலயங்களுக்கும் சென்று வழிபட்டு வந்ததைப் போன்ற ஆத்ம திருப்தி யைத் தந்தது!

மதுரை - 16, வி.பி. மகராசி சிவம்.

★ டாக்டர் சேகரின் மனைவியின் அணுகுமுறை மட்டுமல்ல. அக்கண வரின் அணுகுமுறையும் தவறுதான். தொழில்முறை கடமைகளுக்கும் முக் கியத்துவம் கொடுக்கும்போதே மனைவி (மற்றும் குழந்தைகளின்) இயல்பான ஆர்வங்கள், ஏக்கங்கள், எதிர்பார்ப்பு களையும் கணவன் புரிந்து கொண்டு, அன்றாடம் இரண்டொரு மணி நேரங்களும், வாரத்தில் ஒரு முழு நாளும் அவர்களுக்காக, அவர்களுக்காகவே ஒதுக்கி னால்தான் அக்குடும்பத்தில் பாசப் பிணைப்பு வலுப் பெறும். மகிழ்ச்சியும் மனதிம்மதியும் நிலவும்.

சிட்லபாக்கம் - 64, அ. ஷண்முகசுந்தரம்.

★ ஆண்களை விட இனிமையான குரல்வளம் கொண் டவர்கள் பெண்கள். கொலுவுக்குப் பாடுவது மிகவும் சிரமமா என்ன? எவ்வளவோ சினிமாப் பாடல்களை முணுமுணுப்பதை விட நல்ல பாடல்களை பாடுவது ஒன்றும் தவறில்லையே. (கல்லூரி மாணவிகளின் கலந்துரையாடல்)

சிதம்பரம் - 1, என். சௌம்யா.

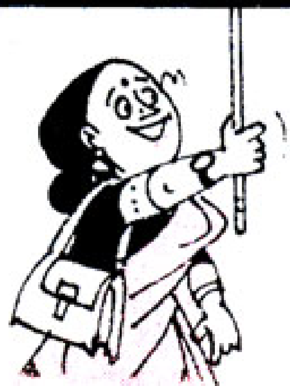
★ அனுராதா ரமணனின் "அம்மா" குறுநாவல் அரு மையிலும் அருமை. கணவனைக் காட்டிலும் தன்னை நம்பி இவ்வுலகில் காலடி பதித்திருக்கும் குழந்தை களின் வாழ்வே தனக்குப் பெரிது என எண்ணி ஒரு கர்மயோகியைப் போல வாழ்ந்த அந்தத் தாயின் ஒரு பக்கம் கனிவைத் தந்தது என்றால் கொடுமைக்காரக் கணவன் உயிரோடு இருப்பது தெரிந்தும் வருடா வருடம் அவனுக்கு திவசம் தந்து தனது ஆக்ரோ ஷத்தை வெளியிடும் அந்தத் தாயின் மறுபக்கம் பிர மிப்பைத் தந்தது.

பரமக்குடி -7, பா. உஷாராணி.

★ திருமண மலர் சம்பந்தமாக ஒரு வாசகி வருத்தப் பட்டு எழுதிய கடிதம் கண்டேன். எனது மைத்துன ருக்கு மங்கையர் மலர் திருமண மலர் விளம்பரத்தின் (உதவியினால்) மூலம் கடந்த ஜனவரி மாதம் சென் னையில் திருமணம் வெகு சிறப்பாக நடந்தேறியது. மற்ற பொருந்தாத ஜாதகங்களுக்கு உடனடியாக எனது கைப்பட பதில் கடிதம் எழுதி அனுப்பியுள்ளோம் என்பதையும் தெரிவித்துக் கொள்கின்றேன்.

ஓசூர்- 9, பார்த்தசாரதி.

கொலுவுக்குப் பாடுவது சிரமமா?



காஸ்

லைட்டரால் விபத்து ஏற்படும்!

எல்.பி.ஜி. காஸ் சம்பந்தமாக பாதுகாப்பு முறைகளை விளக்குவதற்காக நேருக்கு நேர் உரையாடல்களை சென்னையில் பல இடங்களில் நடத்துகிறார்கள். முழுவதும் பெண்களே பணிபுரியும் சென்னை தி.நகர் சிண்டிகேட் பாங்கில் அப்படி ஒரு நேருக்கு நேர் நிகழ்ச்சி நடந்தது. சில சுவையான கேள்விகள், தகவல்கள் -

ஐ. ஓ. சி. நிறுவனத்தின் மூத்த அதிகாரிகளான சங்கர், சேகர், ராகவன், இவர்களுடன் விநியோகஸ்தர்கள் எல். முனிவேலு, வி. காசிநாதன், கணேஷ் ஷரீன், லலித், நவீன், ராஜன் என ஒரு பெரிய பட்டாளமே திரண்டிருந்தனர்.

● அநேக விபத்துக்கள் 'லைட்டர்' உபயோகிப்பதால் ஏற்படுகிறது என்பதால் கண்டிப்பாகத் தீப்பெட்டியைத்தான் உபயோகிக்க வேண்டும்.

● எல்.பி.ஜி.யில், ஒவ்வொரு கணமும் கவனிக்கப்பட வேண்டியது. விபத்து நேர கணநேரம் போதுமே! விழிப்புடன், முறைப்படி செயல்படுங்கள். அதற்காகத் தான் பல பொருள்களுக்கு நடுவில் அடையாளம் கலபமாகக் காணக்







கூடிய சிவப்பு வண்ணத்தை சிலிண்டருக்குத் தந்தோம்.

பெரும்பாலான வீடுகளில் இப்போது இரண்டு சிலிண்டர்கள் உள்ளன. ஒரு சிலிண்டர் எரிந்தால், மற்றொரு சிலிண்டர் உபயோகத்தில் இல்லாத போது பாத்திரங்கள், வேறு பொருட்கள் வைக்கவும் பால்கனியிலும், பூஜை அறையிலும் வைத்திருக்கிறார்கள். தவறு. இரண்டையும் அருகருகே வைக்கவும் கூடாது. உபயோகத்தில் இல்லாத சிலிண்டரில் மூடியைப் போட்டு வைத்து விட வேண் டும்.

''சிலிண்டரை பரிசோதித்து எப்படி வாங்குவீர்கள்?'' என்று சேகர் பெண்களிடம் கேட்டார்.

ரெகுலேட்டரைப் பொருத்தும் இடத்தில் பின் போன்ற பகுதியில் சோப்பு நீரை ஊற்றிப் பரிசோதனை செய்வோம், என்றனர் கோரஸாக.

''தவறு. அப்படிச் செய்யக் கூடாது'' என்றார்.

''இதுவரை அந்த முறையில்தானே செய்ய வேண்டும் என்று எங்களுக்குச் சொல்லப்பட்டுள்ளது. டெலிவரி பையன்களும் அப்படித்தானே செய்கின்றனர். திடீரெனத் தவறு என்கிறீர்களே'' என்றார் லலிதாம்பாள்.

''தவறு எங்களுடையதுதான். விபத்துக்களைக் கூர்ந்து நோக்கி ஆராய்ந்ததில் கண்டது இது. சோப்பு நீர் ஊற்றப்பட்டால் சிறு நுரை ஏதேனும் தங்கி விட்டால் கசிவு ஏற்படலாம். நீரிலும் தூசிகள் இருந்தால் அடைத்துக் கொள்ளும் வாய்ப்பு உள்ளது. அதனால் மூடியைக் கழற்றி ரெகுலேட்டரைப் பொருத்தி அடுப்பைப் பற்றவைத்து 'சிம்' நிலையில் வைக்க வேண்டும். பிறகு ரெகுலேட்டரை மூடி விட்டால் அடுப்பு தானே அணைந்து விடும். கசிவு இருந்தால் உடனே அணையாது அல்லவா? தயவுசெய்து இனி இந்த முறையில் சோதித்துக் கொள்ளுங்கள்'' என்றார்.

'சிம்' நிலையில் வைத்தால் சில சமயம் எரிவதில்லையே?

''அப்போ, ஸ்டவ் சரியாக வேலை செய்யவில்லை என்று அர்த்தம்.''

''சீலைத் திறந்து வைக்கணுமா? மூடியபடியே இருக்கணுமா?''

''சீல் திறந்துதான் இருக்க வேண்டும். மூடியிருந்தால் சோதனைக்கு உட்படவில்லை என அர்த்தம்.''

''ஒரு சிலிண்டர் எத்தனை நாட்களுக்கு வர வேண்டும்?''

''சராசரியாக நான்கைந்து பேர் உள்ள குடும்பத்துக்கு முப்பத்தி ஐந்து முதல் நாற்பது நாட்களுக்கு வரலாம்.''

''எங்களைப் போல அலுவலகம் செல்பவர்கள், வீட்டில் யாரும் இல்லாதவர்களுக்குக் குறிப்பிட்ட நேரம் 'சப்ளை' செய்யும்படி ஏன் நடவடிக்கை எடுக்கக் கூடாது? எப்போதும் அடுத்த வீட்டினரைச் சிரமப்படுத்தும் நிலை அல்லது பலமுறை அலைச்சலும் ஆகிறதல்லவா?'' இது கிளை மேலாளர் ராஜலட்சுமி.

''இப்போது அதற்கும் ஏற்பாடு செய்து வருகிறோம். சனிக்கிழமை அரை நாளுக்கு மேல் வரலாம். காலை, மாலை எந்த நேரம் வரலாம் என்று எழுதி விநியோகஸ்தரிடம் கொடுத்தால் தகுந்த ஏற்பாடு செய்கிறோம்.''

''ஒருவர் மீது ரிஜிஸ்டர் செய்துள்ள காஸ் உரிமையை மற்றொருவர் பயன்படுத்தலாமா?''

''ரிஜிஸ்டர் செய்வது, ரெகுலேட்டருக்கான ஒரு டெபாசிட் தொகைதானே தவிர யார் உபயோகப்படுத்தலாம் என்பதற்கல்ல.''

தொகுப்பு : பானுமதி



பெண்மையின்
பொலிவிற்கு
மெருகூட்ட
போத்தீஸ்
வழங்கும்
பண்டிகைப்
பட்டுகள்

சந்திரா இறந்து விட்டாள்.

அவள் பிழைத்திருந்தாலும் உடம்பெல் லாம் கொட்டிய தீயின் வடு அவளை சமூதா யத்தின் பக்கமிருந்து ஒதுக்கி வைத்து விடும்.

வாக்குமூலத்தில் தனது கணவனும், மல்லிகாவின் கணவனுமாகிய பாலசுந்த ரம், மாமனார் சண்முகநாதன், மாமியார் பாக்கியத்தம்மாள் ஆகிய மூவரும்தான் தனது தீக்குளிப்புக்குக் காரணம் என்று கூறி யிருந்தாள். போலீஸ் அவர்களைக் கவனித் துக் கொண்டது.

மல்லிகா ஆஸ்பத்திரிக்குள் நுழையும் போதே சந்திராவின் ஒரு வயதுக் குழந்தை ராஜியை வைத்துக் கொண்டிருந்த சரோஜா வும் கதறி விட்டாள்.

சந்திரா சாகும் தறுவாயில் மல்லிகா வைப் பார்த்துப் புன்னகைக்க முயன்றாள்.

''மல்லியக்கா அழாதீங்க. ஓங்க தைரி யம் எனக்கு வரல. மோகனா வரலியா? வேணாம்... என்னப் பாத்தா பயந்திடுவா.''

மோகனா மல்லிகாவின் ஆறு வயது மகள்.

''மல்லியக்கா என்னோட குழந்தை ராஜிக்கு நீங்கதான் இனி எல்லாம்...''

சந்திரா ஆஸ்பத்திரியிலேயே எல்லார் முன்னாலேயும் வாரிசுப் பத்திரத்தில் கை யெழுத்துப் போடும் அளவுக்குக் கடைசி நேரத்தில் சக்தி மிச்சமிருந்தது.

சந்திரா போய் விட்டாள். மல்லிகா வுக்கு அந்த ஆஸ்பத்திரியே சுழன்றது. சுவா நிலைத்திற்கு வர கால் மணியாயிற்று.

மார்ச்சுவரிக்கு அவள் உடம்பு போன பின்பு சரோஜாவிடம் ராஜியை வாங்கிக் கொண்டு வெளியே வந்தாள்.

காலியாய் நின்ற பஸ்ஸில் ஏறி ஒரு ஓரமாய் அமர்ந்தாள்... மனசு பின்னோக்கி அசைபிட ஆரம்பித்தது.

அப்போது மல்லிகாவுக்கு மோகனா பிறந்து ஒரு வருடங் கூட ஆகவில்லை. கணவன் பாலசுந்தரம் வர, வர இயந்திரமாகி இருந்தான். காலையில் விடிந்தும் விடியாது எழுந்து குளித்து விட்டு ஒண்டிப்புதூர் புறப் பட்டு விடுவான். சொந்தமாய் ஒரு லேத்தும் கட்டிங் மிசினும் வைத்திருந்தான். சைக்கி ளில் அவன் புறப்பட்டுப் போய்ச் சேரவே ஒரு மணி நேரமாகும். இரவு இருட்டோடு வருவான். மல்லிகா என்றொரு பெண் ஜீவன் காத்திருப்பதைக் கூடக் கண்டுகொள் ளாமல் சாப்பிட்டதும் தூங்கப் போய் விடு வான்.

பாலசுந்தரத்தின் அம்மா பாக்கியத் தம்மாள் ஆரம்பத்திலிருந்தே மல்லிகாவைச் சற்றுத் தள்ளியே வைத்திருந்தாள். அவன் அப்பா சண்முகநாதன் மருந்துக்குக் கூட இவ ளோடு பேச மாட்டார். ஒரு வேண்டாத மரு மகளாய் தன்னை அவர்கள் நடத்த எத்தனிப் பதைக் கூடிய விரைவில் புரிந்து கொண்டா லும் தன்னை ஒதுக்கி வைத்து விட்டு பால சுந்தரத்திற்கு இன்னொரு கல்யாணம் செய்து வைக்கும் அளவுக்குப் போவார்கள் என்று மல்லிகா எதிர்பார்க்கவில்லை.

''மல்லீ... இங்கே பார்டீ.. அவன் படிப் புக்கு பேங்க்ல ஆபீசரா போயிருக்க வேண்டி யவன். ஏதோ அவன் நேரம் சொந்தமா தொழில் செய்றேன்னு எறங்கிட்டான். அவன் தகுதிக்கு அம்பது பவுனோட பொண்ணு ரெடியா இருந்துச்சு. ஏதோ



ஒம்மேலே ஆசைப்பட்டுட்டானேங்கிறதுக்காக அந்த சல்லி பொறாத குடும்பத்ல பெண்ணெடுத்தோம். நீயும் மூணு, நாலு வருசமா குடும்பமா இருந்துட்டே. பாலகந்தரம் பயலுக்கு முப்பது கூட இருக்காது. தை வரணும். இருவது பவுன் போட்டு பத்தாயிரம் கையில வக்கக் குடுக்கறதா எங்க சொந்தத்துல கொழிஞ்சாம்பாறைல சந்திராவைப் பேசி முடிச்சிருக்கோம். அவனுக்குக் கல்யாணம் முடிச்ச கையோட இங்கேதான் குடி வெக்கப் போறோம். நீ கொஞ்ச நாளைக்கு மோகனாவைத் தூக்கிக்கிட்டு ஒங்க அப்பன் வீட்ல இரு. பெறவு பாக்கலாம். என்ன...?''

மல்லிகா குழம்பிப் போனாள். எந்த வகையில் மீண்டும் பிறந்த வீடு போறது? கட்டினால் பாலகந்தரத்தைத்தான் கட்டுவேன் என்று ஏழை தாய் தந்தையரை போராடிக் கட்டியவளாயிற்றே இவள்? கடைசியாக அவள் இஷ்டத்துக்கே சரி, பாலகந்தரம் வீட்டில் ஒரே பையன்தானே என்ன பிரச்னை ஏற்படப் போகிறது என்ற முடிவில் மீடியம் பட்ஜெட்டில் காதில் மூக்கில் கழுத்தில் உள்ளது உள்ளபடி கல்யாணம் நடந்து ஆவாரம்பாளையம் பாலகந்தரம் வீட்டுக்குள் இவள் காலடி எடுத்து வைக்க அவர்கள் இசைந்தார்களே... அந்த போட்டு வந்த தங்கத்தையாவது விட்டு வைத்தார்களா இவர்கள்? இனி எந்த முகத்தோடு அங்கே போவது..?

கல்யாணம் ஆன புதிதில் பாலகந்தரம் மல்லிகாவை மழம்புழா கூட்டிப் போனான். வைதேகி பால்ஸ், சிறுவாணி டேம் என்று திக்குமுக்காட வைத்தான். பாபா, கே.ஜி. கம்ப்ளக்ஸ்களின் குளு, குளுப்பில் சந்தோசத்தின் விளிம்புக்கே கொண்டு போனான்.

அவனது ஆளுமையில், அதிகாரத்தில், அரவணைப்பில், உடம்பு கதகதப்பில் மாதவம் செய்தவளானாள்.

அவனும் சுத்தமாய் மாறி விட்டானே?

''மல்லீ... நா' ரெண்டாங் கல்யாணத்துக்கு மொதல்ல ஒத்துக்கல. ஒண்டிப்புதூர்ல எப்போ நா' தனியா ஒர்க்ஷாப் வச்சேனோ அப்போதுல இருந்து தொழிலே சரியில்லே. போட்டி ரொம்ப ஜாஸ்தியாயிட்டே போகுது. சரியான ஆர்டர் கெடைக்கிறதில்லே. ஆர்டர் கெடைச்சா மெட்டீரியல் கெடைக்கிறதில்லே. அப்படியே மெட்டீரியல் சப்ளை பண்ணினாலும் ஒழுங்கா பேமெண்ட் கெடைக்கிறதில்லே. ஒரு பக்கம் பேங்க் டியூ ஏறிட்டே போகுது. ஒர்க் ஷாப் வாடகை. ஒர்க்கர்ஸ் பேமெண்ட். ஏகப்பட்ட லாஸ்ல நா' இருக்கேன். அதனாலேதான் ரெண்டாங்கல்யாணத்துக்கு நா ஒத்துக்கிட்டேன். லம்ப்பா கேஷ் வேறே தர்றாங்க. அவ பேரு சந்திரா. கேரளா பக்கம். எங்கப்பா அம்மா சொல்ற மாதிரி உன்னை ஒங்க அப்பா வீட்டுக்கு அனுப்புறதுல எனக்குக் கொஞ்சங் கூட இஷ்டமில்லே. ஒரு நூறு, நூத்தைம்பது ரூபாய்க்குள்ள இதே ஆவாரம் பாளையத்துல வேற பக்கம் வீடு புடிச்சு தர்றேன். வாரா வாரம் நூறு ரூபா தந்தூர்றேன். மோகனாவோட அங்கே தனியா இரு. வாரத்துல ரெண்டு வாட்டி கட்டாயம் வர்றேன், என்ன...?''

மல்லிகா இரவெல்லாம் மோகனாவை அணைத்துக் கொண்டு தூங்காமல் கிடந்தாள், கண்ணீரோடு! பாலகந்தரம் ஒருசேர நாலைந்து சிகெரெட்களைக் காலி பண்ணிவிட்டு ஒரு ஒதுக்குப்புறமாய் படுத்து விட்டான். காலை விடியும் போது கூட மல்லிகாவால் சூட்டிப்பாய் எழ இயலவில்லை.

பக்கத்து வீட்டு சரோஜா ஒருத்திதான் சற்று ஆறுதலைக் கொடுத்து காயத்தை ஆற்றினாள்.

ஒரே வாரத்தில் ஊருக்குள் முருகன் கோவில் வீதியில் பாலகந்தரம் மல்லிகாவுக்குத் தனி வீடு பார்த்துக் குடிவைத்து விட்டுப் போகும் போது நூறு ரூபாய் கொடுத்து விட்டுப் போனான்.

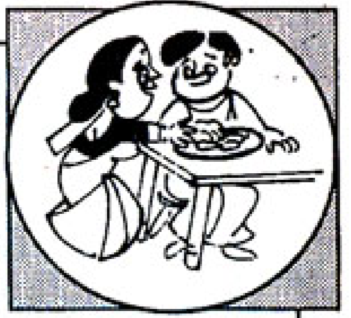
பிறந்து வளர்ந்து இன்னொருவன் வீடு புகுந்த இந்த வயது வரை தனிமையில் வாழ்ந்து பழக்கப்பட்டிராத மல்லிகா கதி கலங்கி விட்டாள். ஒரு கறிவேப்பிலை வாங்க வேண்டுமென்றால் கூட வீட்டை விட்டு கடை வீதிக்கு இவள்தான் மோகனாவையும் தூக்கிக் கொண்டு வர வேண்டும். இரவில் மிகவும் திண்டாடிப் போனாள். ஒரு சிறு சப்தம் என்றால் கூட திடுக்கிட்டு எழுந்து லைட்டைப் போடுவாள். கடைசியில் பக்கத்துப் போர்ஷனில் யாராவது நைட் டூட்டி முடிந்து திரும்பி இருப்பார்கள்.



தீபாவளி சமாளிப்பு :

காய்கறி அல்வா செய்ய ஆரம்பித்தேன். பால் அதிகம் ஆகிவிட்டதால், சாக்லேட் கலரில் கலவை வந்தும், பதம் வரவில்லை. அதற்குமேல் கேக் கலர் மோசமாகி விடும் நிலை. சட்டென்று நெய்யில் 1 டம்ளர் மைதாவை ரோஸ்ட் செய்து, கலவையில் கொட்டிக் கிளறி, இரண்டே நிமிடங்களில் இறக்கித் தாம்பாளத்தில் கொட்டித் துண்டுகள் போட்டேன். நேரமும் மிச்சம். பொருளும் நஷ்டமாகாமல் தப்பியது. ருசியும் நன்றாக இருந்தது.

- கா[illegible]



பலர் வீட்டில் ஒக்காரை இல்லாமல் தீபாவளி கொண்டாட மாட்டார்கள். வறுத்த கடலைப் பருப்பை வேக வைத்து அரைத்து, உதிர்ப்பார்கள். உதிருவதற்குள் போதும், போதுமென்றாகிவிடும். எளிய வழி இதோ : கடலைப் பருப்பை வறுத்து, வேக வைக்கவும். பருப்பைத் தொட்டு அமுக்கினால் பொடிபடும். இதுவே தேவையான வேக்காடு. வடிதட்டில் கொட்டவும். மிக்சியில் பொடிக்கவும். பொலபொலவெனப் பஞ்சுபோலப் பொடியாகும். இப்போது பாகு வைத்து நேரடியாக அரைத்த பொடியைக் கொட்டிக் கிளறவும். சிறிதளவு நெய் விட்டாலே போதும். பொல, பொல வென்று ஒக்காரை வந்துவிடும். செலவும் குறைவு. (நெய் செலவு) செய்யத் தெரியாதவர்களுக்குக் கூட இது நன்றாக வரும். ஏலப் பொடி, முந்திரி சேர்த்தும் சாப்பிடவும்.

-- கமலா

ஒரு நாலைந்து நாளில் தன்னைத் திடப்படுத்திக் கொண்டாள். முதல் வாரம் ஒருமுறை பாலகந்தரம் வந்தான். ஒரு இரவு தங்கி விட்டுப் போனான். போகும் போது மறக்காமல் சில பேப்பர்களில் கையெழுத்து வாங்கிக் கொண்டு ஒரு முழு ஐம்பது ரூபாயை மோகனா கையில் கொடுத்துப் போனான்.

அதற்கடுத்த வாரத்தில் கொழிஞ்சாம் பாறையில் பாலகந்தரம் சந்திராவைக் கல்யாணம் செய்து கொண்டு ஆவாரம்பாளையம் வந்திருந்தான். மல்லிகாவின் தோழி சரோஜா வழியாக சில விசயங்கள் காதுக்குக் கிடைத்தன.

முதல் சம்சாரம் மல்லிகா ரொம்ப ராங்கிக்காரியாம். மோசமான நடத்தை உள்ளவளாம். அதனால் ஒரு தொகையைக் கொடுத்து பாலகந்தரம் தீர்த்து விட்டானாம். இப்படித்தான் மல்லிகா முதலில் குடியிருந்த வீதியில் பாலகந்தரத்தின் அம்மா பாக்கியத்தம்மாள் விசயத்தைப் பரப்பி இருந்தாள். இதை அடிப்படையாய் வைத்தே சந்திரா வீட்டு வகையறாக்களையும் நம்ப வைத்திருக்கிறாள்.

ஒவ்வொரு நாளும் கணவனை மல்லிகா எதிர்பார்த்தாள். குழந்தை மோகனாவைக் குளிக்க வைத்துப் போன தீபாவளிக்கு அவன் எடுத்துக் கொடுத்த சட்டையை மாட்டி விட்டு சனிக்கிழமை கண்டிப்பாய் வருவான் எனக் காத்திருந்தாள். இரவு பதினோரு மணி வரை கொட்டக் கொட்ட விழித்துக் கிடந்தாள். தெருவில் ஒரு சைக்கிள் சப்தம் கேட்டாலும் மனம் பரபரக்க கதவைத் திறந்து பிறகு மூடினாள்.

அந்த வீட்டுக்கு வந்து ஒரு முழு மாதம் ஓடி விட்டது. வெறும் ஐந்து ரூபாய் அதுவும் சில்லறைகளாக மளிகை டப்பாவுக்குள் கிடப்பதை எண்ணிப் பார்த்துக் கொண்டாள். வாடகை கொடுக்க வேண்டிய நாள் தாண்டும் போதுதான் வீட்டுக்காரம்மா வந்து கேட்டு விட்டுப் போனாள். கடைசியில் ஒரு முடிவுடன் குழந்தையைத் தூக்கிக் கொண்டு பழைய புகுந்த வீட்டுக்கே புறப்பட்டாள்.

அங்கே வாசலில் புது ஸ்கூட்டர் நின்றிருந்தது.

தயங்கித் தயங்கி உள்ளே எட்டிப் பார்த்து நுழைந்தாள் மல்லிகா. பாலகந்தரம் மிடுக்கான பேண்ட் சட்டையில் தயாராய் இருந்தான். ஒரு புதுப்பெண் தழையத் தழைய பட்டுச் சேலையோடு பவுடர் பூசிக் கொண்டிருந்தாள். பாலகந்தரம் மல்லிகாவைப் பார்த்ததும் சிறுத்துப் போனான்.

அவசர, அவசரமாக மல்லிகாவை வெளியே தள்ளாத குறையாய் கொண்டு வந்தான்.

''இப்படி நீ வீட்டுக்கு வர்றது நல்லதில்லே மல்லீ... வீணா என்னோட வாழ்க்கையே கெட்டுப் போயிடும். என்ன உனக்குப் பிரச்னை இப்போ...? எதா இருந்தாலும் வர்ற ஞாயிறு அங்கே வர்றேன். பேசிக்கலாம்...''

''நா ரெடிங்க...'' சந்திரா வந்து விட்டாள்.

''சரி போ மல்லீ...'' ஸ்கூட்டரை உதைத்து உயிர் எழுப்பி தயாரானான்.

மல்லிகா திரும்பித் திரும்பிப் பார்த்துக் கொண்டே வந்த வழியே நடந்தாள். சந்திரா பின்னால் ஏறி அவனுடைய முதுகிலே மார்பை ஒட்ட வைத்துக் கொண்டு வலக் கையை முன்பக்கம் போட்டுக் கேட்டாள்.

''யார் அந்த அக்கா?''

''அவ உனக்குத் தேவை இல்லாதவ...''

ஸ்கூட்டர் புறப்பட்டுப் போனது.

மல்லிகாவுக்குப் பழக்கமான சில முகங்கள் எதிர்ப்பட்டன. யாராவது பேச்சுக் கொடுத்தால் அழுது விடக் கூடிய நிலையில் இருந்தாள். தலையைக் கவிழ்ந்தபடியே வீடு வந்து சேர்ந்து உள்ளே வந்த பின்பே அழுதாள்.

மோகனாவைத் தொட்டுக் கூடப் பார்க்கவில்லையே அவர்...?

சொன்னது போலவே பாலகந்தரம் வந்திருந்தான். புதுப் பெண்டாட்டியின் கவனிப்பில் புது மாப்பிள்ளை மெருகு ஏறி இருந்தான்.

மல்லிகாதான் நாள்பட்ட வெற்றிலையாய் வாடி இருந்தாள். ஸ்கூட்டரை வெளியே நிறுத்தி விட்டு சற்று வெடிப்போடு சுற்றிலும் ஒரு பார்வை பார்த்து விட்டு உள்ளே கெத்து குறையாமல் நுழைந்தான்.

மல்லிகா மலங்க மலங்க விழித்துக் கொண்டு வரவேற்றாள். விரித்திருந்த பாயில் காலை நீட்டி அமர்ந்து கொண்டு சிகரெட் புகைக்கத் தொடங்கினான். உடனடியாகவும் கேட்டான்.

''எதுக்கு எங்க வீட்டுக்கு வந்தே...?''

இந்த ஷாக்கில் செய்வதறியாமல் ஒரு ஓரமாய் மோகனாவோடு அமர்ந்தாள் மல்லிகா.

''இங்கே பாரு மல்லீ... இப்பத்தான் லைப்ல ஒழுங்கா செட்டில் ஆகி இருக்கேன். ஒன்னைக் கட்டிக்கிட்டதிலே எனக்கு என்ன தான் கெடச்சது...? ஒரு பத்துப் பவுனாச்சும் கொண்டு வர முடிஞ்சதா..?''

என்னோட வாழ்க்கையையே ஒங்கிட்டே ஒப்படைச்சேனே. நீங்க எனக்கு என்ன செஞ்சீங்கன்னு மல்லிகா பேச நினைத்தாலும் வார்த்தைகள் வரவில்லை.

''சரி போகட்டும். இனி உனக்கு இந்த வாடகை வீடு சரிப்பட்டு வராது. நீ என்ன பண்றே... ஒங்க அப்பன் வீட்டுக்குப் போறே... எதுக்கு போறே தெரியுமா...?''

அழத் தொடங்கிய மோகனாவுக்காக வலது பக்கத்தைத் திறந்து அமிழ்த்திக் கொண்டு அவனைப் பார்த்தாள் மல்லிகா.

''ஒங்கப்பனும் ஆத்தாளும் குடியிருக்காங்களே... அந்த கெழடுகளுக்கு எதுக்கு அந்த ஒட்டு வீடு...? பீளமேட்டுக்கு அவுட்டர்ல பொறம்போக்குல கத்தி அருவாக்காறங்க குடிசை போடுறாங்களாம். அதுல எனக்கு தெரிஞ்சவர் ஒருத்தர் இருக்கார். அவர்கிட்டே சொல்லிட்டா ஒரு சைட் பிரிச்சுக் குடுப்பார். ஆயிரமோ, ரெண்டாயிரமோ செலவாகும். ஒங்க வீட்டு கெழடுக அங்க குடிசை போட்டுத் தங்கிக்கட்டும். இப்போ இருக்குற வீட்டை வித்தா இருபதாயிரம் கனையா கெடைக்கும். செலவு போக மீதியை நீ வாங்கிட்டு வா. எங்க வீட்ல பாத்ரூம் பக்கமாக ரெண்டு போர்ஷன் கட்டி வாடகைக்கு விட்டா ஐநூறு ரூபா கெடைக்கும். நீயும் என்னோடேயே இருந்துக்கலாம். சந்திராகிட்டே பேசி ஒரு வழிக்குக் கொண்டு வர்றது என்னோட பொறுப்பு. என்ன சொல்றே? எப்போ புறப்படுறே... மல்லீ...''

அவள் வாய் திறக்காமல் குழந்தையை இடது மார்புக்கு மாற்றினாள். கண்களில் திவலை நின்றிருந்தது.

''இதுக்குச் சரின்னா என்னோட வாழலாம். இல்லேன்னா நீயும் குழந்தையும் எங்கே வேணாலும் போய்க்கலாம். எனக்கு ஆட்சேபணை இல்லே. இனிமே உன் இஷ்டம். நா' வரட்டுமா...?'' எழுந்து வெளியே போய் ஸ்கூட்டரை உதைப்பிக் கொண்டு விரைந்தான்.

அடுத்த வாரத்தில் எதிர்பார்க்காத விருந்தாளி வீட்டுக்குள் நுழைந்தாள், சந்திராதான். கூட பக்கத்து வீட்டு சரோஜாவும் வந்திருந்தாள். வீட்டில் இருந்த பைசாக்களைப் பொறுக்கி எடுத்து டீ வாங்க சரோஜாவையே அனுப்பினாள் மல்லிகா.

சந்திராவின் பார்வையில் பேச்சில் பரிவும் பாசமும் இருந்தது. குழந்தை மோகனாவை எடுத்து மடியில் வைத்துக் கொண்டு பிரிட்டானியாவைப் பிரித்து உடைத்து ஊட்டினாள்.

''அக்கா என்னை மன்னிச்சிடுங்க. உண்மை என்னன்னு தெரியாமே கழுத்தை நீட்டிட்டேன்.''

மல்லிகா சஸ்பென்சாய் அவளையே பார்த்தாள்.

சந்திரா மலையாள வாடையோடு தொடர்ந்தாள்.

''அவர் இங்கே அடிக்கடி வருமோ...?''

''இல்லே... எப்போவாச்சும் வரும்...''

''ஏக்கா... நீங்க அவரோட சேந்து வாழணும்னு ஆசைப்படுறீங்களா...?''

மல்லிகாவுக்கு என்ன சொல்வதென்றே தெரியவில்லை.

''அதெல்லாம் வேண்டாக்கா. அவங்க பேச்சே சரியில்லே. பொய்யும் பித்தலாட்டமுமான குடும்பம் அது.''

சரோஜா டீ வாங்கிக் கொண்டு வந்திருந்தாள். மல்லிகா மூவருக்கும் ஊற்றிக் கொண்டு குழந்தைக்கும் சிறிது கொடுத்தாள்.

''சரோஜாதான் எல்லாம் சொன்னா. அக்கா இனி நீங்க கவலைப்பட்டுப் புண்ணியமில்லே. என்னையும் ஏமாத்துறாங்க. ஒங்களுக்காச்சும் தங்க விக்ரம் மாதிரி இந்த மோகனா இருக்கா... இவளுக்காக நீங்க வாழ்ந்தே தீரணும்... வாழ்ந்தே காட்டணும்..''

மல்லிகா கண்ணைக் கட்டி விட்டது போல் அமைதியாய் வெறித்த பார்வையோடு இருந்தாள்.

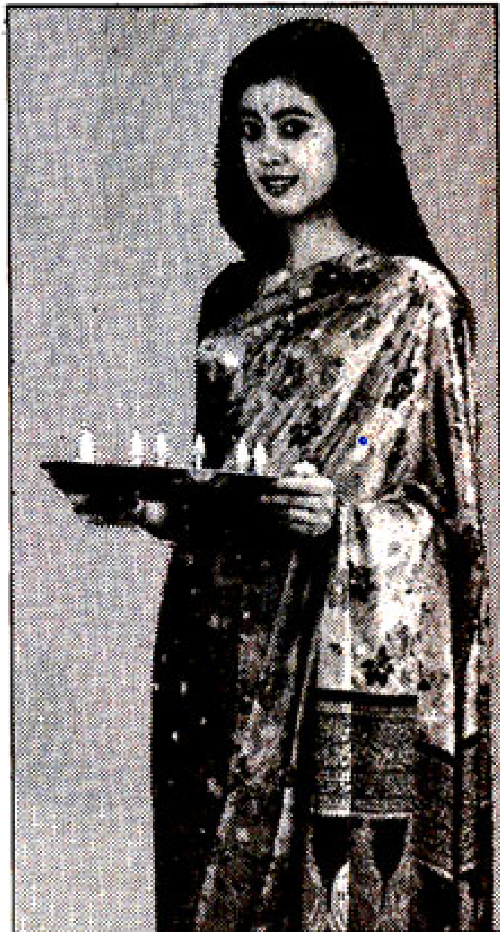


நான் ஒருமுறை சப்பாத்திக்குக் கோதுமை மாவு அரைக்கும் போது மிஷினில் ஏற்கெனவே கடலை மாவு அரைத்ததன்மேல் கோதுமையைப் போட்டு அரைத்துக் கொடுத்து விட்டார்கள். மாவு ஒரே மஞ்சள் நிறமாக இருக்கிறதே, சப்பாத்தி நன்றாக இருக்குமோ, இருக்காதோ என்று நினைத்துக் கொண்டே சப்பாத்தி செய்தேன். ஆனால் சப்பாத்தி அன்று வழக்கத்தைவிட மிகவும் ருசியாகவும் மிருதுவாகவும் பார்ப்பதற்கு நல்ல பொன்னிறமாகவும் இருந்தது. இப்பொழுதெல்லாம் சப்பாத்திக்குக் கோதுமை மாவு அரைக்கும்போது அதனுடன் கூடவே ஒரு கிலோ கோதுமைக்கு 50 கிராம் கடலைப் பருப்பையும் சேர்த்து அரைப்பதை வழக்கமாக வைத்துள்ளேன். தோசை வார்த்தாலும் மிகவும் ருசியாக உள்ளது.

– எம். ரேவதி

பாம்பே டையிங்

மகிழ்வூட்டும் தீபாவளிக்கு
அழகூட்ட பாம்பே டையிங்



பாம்பே டையிங்	விவால்டி
★ ஷர்ட்டிங்குகள்	★ ஷர்ட்டுகள்
★ சூட்டிங்குகள்	★ ட்ரௌசர்கள்
★ வேஷ்டிகள்	★ ஜீன்ஸ்கள்
★ லுங்கிகள்	★ குர்தாக்கள்
★ புடவைகள்	★ பனியன்கள்
★ டிரஸ் மெட்டீரியல்கள்	★ ஜட்டிகள்
★ சல்வார் கம்மீஸ்	★ பான்ஸ்
★ டவல்கள்	★ பாத்ரோப்புகள்
★ படுக்கை விரிப்புகள்	★ கைக்குட்டைகள்
★ போர்வைகள்	★ டைகள்
★ மேட்சிங் ரேஞ்சுகள்	★ சாக்ஸ்கள்
★ ஃபர்னிஷிங்குகள்	★ பெல்ட்கள்
★ தலையணை உறைகள்	★ தலையணைகள்
	★ ப்ரீஃப்கேஸ்கள்

● மில் நிர்ணயித்த விலை ● தரத்திற்கு உத்திரவாதம்

தமிழ்நாடு, கேரளா மற்றும் பாண்டிச்சேரியில் உள்ள எமது 130-க்கும் மேற்பட்ட ஷோரூம்களிலும் 750 க்கும் மேற்பட்ட அங்கீகாரம் பெற்ற டீலர்களிடமும் கிடைக்கும்.

தீபாவளி நல்வாழ்த்துக்கள்



Marketed by :
சிவ்ராம்ஸ் அஸோஸியேட்ஸ்
கோயமுத்தூர் - 11 & சென்னை - 17
Bankers : The Federal Bank Ltd.

பாம்பே டையிங்



தீபாவளி சமாளிப்பு :

மனோகரம் செய்ய தேன்குழல் செய்தேன். அரிசிமாவில் உளுத்தப் பொடி சேர்க்க மறந்தது நிறைய செய்த பிறகே ஞாபகம் வந்தது. (தெய்வத்திற்கு நிவேதனம் செய்ய வேண்டும் என்பதால் வாயில் போட்டுப் பார்க்கவில்லை) தவறு நடந்ததும், வாயில் போட்டால் பல்லே உடைந்து விடும் அளவு கெட்டித் தேன்குழல். மனோகரவோடு செய்தால் நிச்சயமாக நன்றாக இருக்காது. தேன்குழலைக் கல்லுரலில் போட்டு இடித்தேன். சர்க்கரைப் பொடி, ஏலப்பொடி, நெய் கொஞ்சம், நெய்யில் வறுத்த முந்திரி இவைகளைச் சேர்த்துக் கலந்து உருண்டைகளாக்கினேன். மிக ருசியான உருண்டை எனப் பலர் பாராட்டு கிடைத்தது. - கமலா



சந்திரா கைப் பையிலிருந்து இருபது ரூபா கட்டு ஒன்றை பின் கூட உடைக்காமல் அப்படியே நீட்டினாள்.

''மறுப்புச் சொல்லாமே இதைப் புடிக்கா. சரோஜா சொல்றா. முருகன் கோவில் பக்கத்திலே ஒரு கடையோட சேந்த வீடு இருக்காம். சின்னதுதான். நீங்க அங்கே குடி போங்க. ஏதாவது பெட்டிக் கடை அல்லது இட்லிக் கடை இப்படி ஏதாச்சும் பண்ணுங்க. வாடகையும் நூறுக்குக் கீழேதானாம். அட்வான்ஸ் கூட ரெண்டே மாச வாடகைதான். சொந்தக் கால்ல நில்லுக்கா. நிச்சயம் நல்லா இருப்பீங்க.''

மல்லிகா குழப்பத்தோடு சரோஜாவைப் பார்த்தாள். அவளும் தீர்க்கமாய்ச் சொன்னாள்.

''ஏண்டீ மல்லீ... தடுமாறுற. நீ நல்லா வர்றப்போ திருப்பிக் குடுத்திடு. இங்கே பாரு ஒங்கம்மா வீட்டுக்குப் போனாலும் உனக்கு மருவாதி இல்லே. ரெண்டாவது குழந்தைக்குப் பால் வாங்கிக் குடுக்கக் கூட வசதியில்லாத வூடு அது. நீ இந்த ஊர்லேயே சொந்தக் கால்ல நில்லு. நானும் ஊட, மாட ஒத்தாசைக்கு வர்றேன். என்னா...?''

மல்லிகா நன்றியோடு சரோஜாவைப் பார்த்தாள்.

''ஒங்க வீட்டுக்காரனையே புடிக்க லேடீ எனக்கு. நா' மட்டும் அவனுக்கு பொண்டாட்டியா வாச்சிருந்தா அவன் குடும்பத்தையே கொலை செஞ்சு ஜெயிலுக்குப் போயிருப்பேன். மல்லீ... இதப் பார்... ஒன்னோட செழிப்பை பாத்து உன் புருசன் அசரணும்... மறுகி, மறுகி சாகணும். அதுதாண்டீ எனக்குச் சந்தோசம்...''

பணத்தை மல்லிகா பெற்றுக் கொண்ட பிறகு சந்திரா சொன்னாள்.

''சரிவர விசாரிக்காமலேயே இந்தக் கல்யாணத்துக்கு நா' ஒத்துக்கிட்டதுதான் பெரிய தப்புக்கா...''

சரோஜா இடைமறித்தாள்.

''சந்திரா நீ எங்கேயோ இருந்து வந்தவ. இவ இங்கேயே புளியகுளத்திலே பொறந்து வளர்ந்தவ. லவ் பண்ணினாளாம் பெரிய லவ்வு. அதுதாண்டீ.. ஒடம்பு தெனா எடுத்து திரியறப்போ பொன்னு பொருளையெல்லாம் யாரும் நெனைக்கிறதில்லே. ரத்த வேகம் கொறையப்பத்தான் மத்த கொறையெல்லாம் தெரிய ஆரம்பிக்கும். மல்லீ... சந்திராவைப் பத்தி கடைசியா சொல்றேன்.. இவ தன்னோட மோதிரத்தை வித்துத்தான் இந்தப் பணத்தை இங்கே கொண்டாந்தா. இதையும் தூக்கி புருசன் கையிலே குடுத்து நாமே பொழைக்கிற வழியப் பாரு.. நாங்க வர்றோம்..''

இருவரும் புறப்பட்டார்கள்.

சிறிய இட்லிக் கடையாக தொடக்கமானது. பெண்ணே செய்கின்ற வேலைகளால் இயற்கையாகவே ருசியாகவும் அமைந்து விட வாடிக்கையாளர்கள் உற்பத்தியானார்கள். கடைக்கு முன்னால் கீற்றினால் பந்தல் போட்டாள். ஓரிடத்தில் பழைய பெஞ்சுகள் சல்லிசுக்கு கிடைக்கவே அவைகளை வாங்கினாள். நிறைய நாட்கள் சரோஜாவும் உடனிருந்து ஒத்துழைத்தாள். ஆரம்பத்தில் பயமும் கூச்சமும் நிரம்பி இருந்த மல்லிகா சற்று தெம்பாகி விட்டாள். குறிப்பிட்ட நபர்களுக்காக மதியம் சாப்பாடும் தயார் செய்தார்கள். மாலையில் வேண்டியதை வாங்கி சேர்த்துக் கொள்வதும் அதிகாலையில் எழுந்து வேலையைத் தொடங்குவதுமாக வைத்திருந்தாள். ஆறே மாதத்தில் வெளியே ஒரு பாய்லரை வாங்கிப் போட்டு ஒரு நாயர் பையனை டீயடிக்க வைத்தாள்.

பாலசுந்தரம் மல்லிகாவைப் பார்ப்பதையே விட்டு விட்டான். நாளாக நாளாக சந்திராவிடமும் வெறுப்பைக் கொட்டிக் கொண்டிருப்பதாக சரோஜா சொன்னாள். எதையாவது கொண்டு வரும்படி சந்திராவை கொழிஞ்சாம் பாறைக்கு விரட்டுவதும் வாடிக்கையாயிருந்தது.

சந்திரா உண்டாகி இருந்த நேரம்.

உண்டான மாதிரியே தெரியவில்லை. மெலிந்து போய் இருந்தாள். கடையில் யாருமில்லாத போது வந்திருந்தாள்.

''அக்கா... அடிக்கடி நகை, பணம் கேட்டு என்னை எங்கப்பா ஊருக்கு அனுப்புறாங்க. நா' கொண்டு வந்து என்னதான் குடுத்தாலும் தின்னே தீக்குறாங்க. எங்க வீட்டுக்காரரும் ஒர்க் ஷாப்பை வித்துட்டார். இப்போ சீட்டாட்டம், குடி, குட்டி எல்லாம் சகவாசமா போச்சு. வீடே சுடுகாடு மாதிரி ஆயிடுச்சுக்கா. அடி உதை ஆள் மாத்தி ஆள் - எனக்கு உசுரே போகுதுக்கா. எங்கம்மாவும் இல்லே. எத்தினி நாளைக்குத்தான் எங்க அப்பாவும் குடுப்பார். அங்கே குடுக்கவும்

எதுவுமில்லே. என்னைப் பாத்துப் பாத்து எங்கப்பாவும் படுத்த படுக்கையாயிட்டார். என்னக்கா பண்ணுவேன்...''

பிரசவத்துக்காக ஜி.ஹெச்.சில் அட்மிட்டாகி இருந்த நேரம் அழகான பெண் குழந்தை பிறந்தது.

மல்லிகாவும் சரோஜாவும் போயிருந்தார்கள். ஒழித்துப் போட்ட நாறாய் கவனிப்பார் கூட இல்லாமல் ஒரு பாயில் கிடந்தாள் சந்திரா.

அந்த நிலையிலும் சந்திராவின் கண்களில் ஒரு வைராக்யம் ஜொலித்தது.

''என்னோட குழந்தை சொந்தக் கால்ல நிக்கணும்... என்னை மாதிரி சீப்படக் கூடாதுக்கா...''

சொமிஞ்சாம்பாளை அவள் பிறந்த வீட்டிலிருந்து இனி அவள் கொண்டு வர ஒன்றுமில்லை என்ற பிறகு அவளை மூவரும் சேர்ந்து பந்தாடுவது தீவிரமானது.

ஒருநாள் அவளுக்குச் சாப்பாடு கூடப் போடவில்லை. பச்சை உடம்போடு குழந்தையைத் தூக்கிக் கொண்டு கடைக்கு வந்திருந்தாள் சந்திரா.

அவளைக் கல்யாணமான புதிதில் தள, தளப்பாய் பார்த்ததற்கும் இப்போது எலும்பும் தோலுமாய் மார்பெல்லாம் ஒட்டிப் போய் பார்ப்பதற்கு மல்லிகாவுக்கு நெஞ்செல்லாம் எரிந்தது.

''சந்திரா பேசாமல் என்னோடே இருந்திடு..''

விரக்தியோடு புன்னகைத்தாள் சந்திரா. ''ஒரு முடிவுக்காக காத்திருக்கேனக்கா.. பொறுத்திருந்து பார்... நான் யார்ங்கிறதை...''

அப்போது மல்லிகாவுக்குப் புரியவில்லை.

அடுத்த நாளே சந்திராவையும் ஒதுக்கி வைத்து மூன்றாவதாக ஒரு கல்யாணத்திற்கு பாலசுந்தரம் குடும்பம் முயற்சித்த போது தான் ஒரு புயலாகி, நெருப்புக்கு உணவாகி கனவாகிப் போனாள் சந்திரா.

கடைக்கு வந்ததுமே மோகனா ஓடி வந்து அம்மா காலைக் கட்டிக் கொண்டாள்.

''பாப்பாவை வாங்கிட்டு வந்தியாமா...?''

''ஆமா கண்ணு... தங்கச்சிப் பாப்பா...''

''நா வச்சுக்கட்டுமா...?''

''இனி இது உனக்குத்தான் கண்ணு...''

''அய்! எனக்கு வெள்ளாடறதுக்கு தங்கச்சி பாப்பா ஒண்ணு வந்தாச்சி...'' கை கொட்டிக் கொண்டே ராஜியின் காலை இழுத்த போது ராஜி விரிட்டாள்.

பாய்லரில் இருந்த நாயர் பையன் ஆச்சரியமாய்ப் புதுசைப் பார்த்தான்.

"காலையில் பேப்பரைத் திறந்தவுடன் விபத்துக்களைப் பற்றித்தான் நிறைய செய்திகள் வருகின்றன. குறைந்தது பத்துப் பேராவது தினமும் விபத்தில் இறக்கிறார்கள். இதில் கொடுமை என்னன்னா சாலை விபத்துக்களில் இறக்கிறவர்களில் மிகப் பெரும்பாலோர் இளம் வயதினர் தான். அதுவும் ஸ்கூட்டர், பைக் ஆக்ஸிடெண்ட்டில் எல்லாம் டாக்டர், இன்ஜினியர் போன்றவர்கள் இறந்து விடுவதாகச் செய்தி படிக்கும் போது கஷ்டமாக இருக்கும்..."

என்கிறார் டாக்டர் மனோகர் என். நல்லதம்பி. தமிழ்நாடு மருத்துவமனையில் ஜெனரல் சர்ஜனாகப் பணிபுரியும் இவர் வெளிநாடுகளில் பல்லாண்டுகள் வேலை செய்தது மட்டுமல்ல, ஜெனரல் சர்ஜரிக்கான தேர்வுகளில் 'சீஃப் எக்ஸாமினராகவே இருந்திருக்கிறார். ஜெனரல் சர்ஜரியில் சீஃப் எக்ஸாமினராக இருக்கும் மிகச் சிலரில் நல்லதம்பியும் ஒருவர் என்பது இந்தியாவிற்கும், தமிழ்நாட்டிற்கும் பெருமையான விஷயம்.



நோயாளியோடு

மகன்தான்

இறப்பாள்!

பொது அறுவை சிகிச்சை நிபுணரான இவர் 'ட்ரோமா - கேர்' எனப்படும் விபத்து நடந்தவுடனான கண்காணிப்பில் மிகவும் தேர்ச்சி பெற்றவர். நம்முடைய நாட்டில் விபத்தினால் மிக அரிய உயிர்கள் இழக்கப் படுவதையே திரும்பத் திரும்பப் பேசிக் கொண்டிருந்தார்.

"வெளிநாடுகளில் விபத்துக்கள் அதிகம்தான். ஆனால் அங்கே ஓடுகின்ற கார்களின் எண்ணிக்கையைக் கொண்டு பார்க்கும்போது சதவீதம் குறைவுதான். அதே சமயம் விபத்து நடந்து விட்டால் உடனடியாகக் கவனிக்கப்படுகிறது. நாங்கள் அனைவரும் போர்க்களத்தில் தயாராக நிற்கும் வீரர்களைப் போல இருப்போம். விபத்து எந்த மாதிரி உள்ளது, எந்த வகை அடி என்று தெரிந்து கொண்டு விடுவோம். அந்தத் துறை ஸ்பெஷலிஸ்ட்டோடு தயாராக நிற்போம்.

மற்றொரு வகை விபத்தும் அங்கு அதிகம் உண்டு. அதிகமாக துப்பாக்கிக் குண்டு காயங்கள் வரும். இதை விபத்து என்று சொல்ல முடியாது. திட்டமிட்டோ, திட்டமிடாமலோ நடக்கின்ற வன்செயல். அதற்கும் உடனடியாக அறுவை சிகிச்சை செய்து குண்டு எடுக்க ஏற்பாடு செய்து விடுவோம்.



ஒருவர் இந்த மாதிரி கேஸில் 'மருத்துவ ரீதியாக' இறந்து போய் வந்தார். ஆழமாக உடலில் புதைந்து விட்ட குண்டினால் இருதயம் நின்று போய்விட்டது. நாடித் துடிப்பு இல்லை. ஆனால் உடனடியாகக் குண்டு அகற்றப்பட்டு தேவையான சிகிச்சை செய்ததில் அவர் பிழைத்து விட்டார்!

ஆனால் இங்கு அவ்வளவு கவனமோ, அக்கறையோ அவசர சிகிச்சைக்கு எடுத்துக் கொள்வதில்லை. பல விபத்துக்களில் உயிருக்குப் போராடிக் கொண்டு பல மணிநேரம் சாலையிலேயே கிடப்பார்கள். வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டே பொதுமக்கள் கடந்து போய்விடுகிறார்கள். 'சாட்சி, சம்மனுக்கு அப்புறம் யார் அலைவது?' என்ற பதில் தான் அவர்களிடம் இருந்து வரு கிறது. சாலை விபத்திற்கு அடுத்த படியாக வெட்டுக் காயங்கள் வரும். கிராமங்களில் இருந்து இப் படிப்பட்ட கேஸ்கள் வருகின்றன'' என்கிறார்.

ஜெனரல் சர்ஜனான இவர் ஒரு நோயாளி ஆபரேஷனுக்கு முன்னும், ஆபரேஷனுக்குப் பின்னும் உறவினர்கள் என்ன மாதிரி கவனம் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும் என்கிறார்?

''அந்த வகையில் நம் நாடு பரவாயில்லை. வெளிநாடுகளில் நோயாளிகளோடு தங்கி உதவி செய்ய உறவினர்கள் முன் வருவதில்லை. முக்கால்வாசி மகள்தான் இருப்பாள். மகனைப் பிடிக்கவே முடியாது. பல சமயங்களில் அவசர அறுவை சிகிச்சைக்காகக் கையெழுத்து வாங்கக் கூட ஆட்கள் கிடைக்க மாட்டார்கள்.

நம் நாட்டில் வீட்டில் ஒருவருக்கு உடம்புக்கு வந்துவிட்டால் எல்லோரும் கவலையுடன் பார்த்துக் கொள்கிறார்கள். பல சமயங்களில் அவர்களுடைய 'அதிக கவனிப்பு' மருத்துவமனையில் டாக்டர்களுக்கே கூட தொந்தரவாக இருக்கும்! ஒரு நோயாளிக்கு அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் மனோதைரியம் தேவை. அவர்கள் மருத்துவமனையில் தங்கும் நாட்களை ரொம்பக் குறைவாக வைத்துக் கொள்வது நல்லது. அறுவை சிகிச்சைக்கு முதல் நாள் வந்தாலே போதும். சிலவற்றிற்கு அன்றைக்கு அட்மிட் ஆனால் கூட போதும். காரணம் ஏற்கெனவே நோயாளியான அவருக்கு மருத்துவமனையிலுள்ள மற்ற நோயாளிகளிடமிருந்து தொற்று ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. மனோதத்துவரீதியாகவும் வீட்டில் இருந்தால் தைரியமாக இருப்பார்கள். தொடர்ந்த மருத்துவக் கவனிப்பு இருந்தால் போதும்...''

''முன்பெல்லாம் மேஜர் ஆபரேஷன் நடந்தால் படுக்கையிலேயே இருப்பார்கள். ஆனால் இப்போதெல்லாம் ஆபரேஷன் ஆன மறுநாளே நடக்க வேண்டும் எனக் கட்டாயப்படுத்துகிறார்கள். சிலரை மிகக் கஷ்டப்படுத்தி நடக்க வைக்கும் போது மிகவும் கஷ்டமாக இருக்கும். டாக்டர்களைத் திட்டத் தோன்றும்...''

நல்லதம்பி சிரிக்கிறார். ''காரணத்தைத் தெரிந்து கொண்டால் திட்ட மாட்டீர்கள். அறுவை சிகிச்சைக்குப் பின் படுக்கையிலேயே இருந்தால் கால்களில் ரத்த ஓட்டத்தில் ரத்தம் கட்டியாக வாய்ப்புண்டு. இந்த 'ப்ளட் க்ளாட்' அப்படியே இருதயத்திற்குப் பயணமாகும்போது நோயாளி இறந்து விட வாய்ப்புண்டு. ஆனால் நடக்க நடக்க ரத்த ஓட்டம் சுறுசுறுப்பாக இருக்கும். ப்ளட் க்ளாட் தோன்ற வாய்ப்பில்லை. அதனால் தான் ஆபரேஷன் ஆனவுடனே நடக்க வேண்டும் என்று கட்டாயப்படுத்துவார்கள்.''



''சிறுநீரக அறுவை சிகிச்சை நிறைய வெற்றி பெறுவதில்லையே, ஏன்?''

''சிறுநீரகம் ரொம்ப சென்ஸிடிவ் உறுப்பு. ஒரே தோற்றம் கொண்ட ஆண்களாகவோ, பெண்களாகவோ பிறந்த இரட்டையருக்குத்தான் சிறுநீரக மாற்று அறுவை சிகிச்சை 100% முழுமையாகப் பலன் தரும். இவர்கள் ஒரே ஜீனின் இரண்டு வடிவங்கள். இவர்களிலே கூட, ஆண், பெண்ணாகப் பிறந்தவர்களைச் சொல்ல முடியாது. ஏனெனில் அவர்கள் இருவேறு ஜீனிலிருந்து தோன்றியவர்கள். மற்றபடி 'மேட்ச்' ஆகும் தன்மையைப் பொறுத்துத்தான் வெற்றியின் சதவீதம் உள்ளது. மாற்று சிறுநீரகம் தேர்ந்தெடுக்கும் போது மிகக் கவனமாகத் தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.''

''இப்போதெல்லாம் மகப்பேறு துறையில் சிசேரியன் அதிகமாகி விட்டதே! அதைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறீர்கள்?''

''மகப்பேறில் எவ்வளவு நேரம் முடி

யுமோ அவ்வளவு நேரம் காத்திருந்து இயற்கைப் பிரசவம் அடைவதுதான் நல்லது. அதற்கு என்று ரிஸ்க் எடுக்க வேண்டாம். ஆனால் முன்னாலேயே சிசேரியன் எனத் தீர்மானிக்க வேண்டாமே! அதேபோல முதல் பிரசவம் சிசேரியன் என்றால் அடுத்த பிரசவமும் சிசேரியன்தான் என நினைக்க வேண்டியதில்லை. வெளிநாடுகளில் இரண்டாவதை நார்மல் டெலிவரியாகக் கூட ஆக்குகிறார்கள். எதுவுமே இயற்கையான முறையில் ஏற்படும் போது அதனுடைய விளைவுகளே சிறப்பாகத்தான் அமையும்.''

இன்றைக்கு லேப்ரோஸ்கோபி மருத்துவத்துறையில் பெரும் புரட்சிகளைச் செய்து வருகிறது. அதைக் கையாளுவதில் நல்லதம்பி சிறந்த நிபுணர்.

''லேப்ரோஸ்கோபி சர்ஜன்களுக்கு ஒரு வரப்பிரசாதம் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். முன்பெல்லாம் அறுவை சிகிச்சை செய்ய வேண்டும் என்றால் அந்தக் குறிப்பிட்ட பாகத்தை அடைய முழுமையாக உடம்பை அறுவை சிகிச்சை செய்ய வேண்டியதாக இருந்தது. இப்போது உடம்பில் இரண்டு மூன்று துளைகளைப் போட்டால் போதும். ஒன்றின் மூலமாக லேப்ரோஸ்கோபியை அனுப்புவோம். காமிராவுடன் கூடிய கருவி எந்தப் பாகம் தேவையோ அந்த இடத்தைச் சென்று அடைகிறது. நம் முன்னே டீ. வி. யில் அந்தப் பாகத்தை, அதிலுள்ள குறைகளை முழுமையாகப் பார்க்கலாம். மேலும் இரண்டு அல்லது மூன்று துளைகளை இட்டு கருவிகளை உட்செலுத்தி அறுவை சிகிச்சையோ மற்ற எது தேவையோ அந்தச் சிகிச்சையைச் செய்கிறோம். இதனால் வலி, இன்ஃபெக்‌ஷன் எல்லாம் வெகுவாகக் குறைகிறது. தவிரவும் உள்ளே என்ன நோய்த்தன்மை இருக்கிறது என்பதை மிகத் தெளிவாகப் பார்க்கிறோமே...''

''பித்தப்பை, சிறுநீரகம் இவற்றிலுள்ள கற்களைக் கூட இந்த வகையில் உடைத்து விடலாமாமே!''

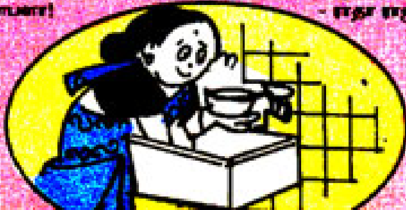
''பித்தப்பையில் முடியாது. பித்தப்பையில் அதிகமாகக் கற்கள் சேர்ந்து விட்டால் பையையே எடுத்துவிடலாம். இதனால் ஒன்றும் பாதிப்பில்லை. சிறுநீரகக் கற்களை உடைத்துப் பொடியாக்கிவிட முடியும்.''

''அதுசரி, இவற்றிலே ஏன் கற்கள் தோன்றுகின்றன?''

''பித்தப்பையில் கற்கள் தோன்றுவதற்குக் காரணம் கொழுப்புச் சத்துள்ள உணவு.

டாய்லெட் கம்மோட் கிளீன் செய்ய விலையுயர்ந்த 'சானிஃப்ரெஷ்' போன்றவை இல்லையே என்று கவலைப்பட வேண்டாம். விலை மலிவான ஏதாவதொரு சோப் பவுடர் 1 - 2 டீஸ்பூன் அளவு எடுத்துத் தூவி வைத்துவிட்டு பத்து நிமிடம் கழித்து பிரஷ் செய்து அலம்பி விடுங்கள். மலிவான விலையில் நிறைவான பலன்!

- ராதா ராஜன்



வடநாட்டிலேதான் இந்தப் பிரச்னை அதிகமாக இருக்கிறது. கொழுப்பு, மசாலா, மாமிசம் இவற்றால் உடலில் முழுமையாக சத்தாகக் கலக்க முடிவதில்லை. அவை கற்களாக மாறிப் பித்தப்பையை அடைந்து விடும்.''

''பித்தப்பையில் கல் உருவாகி இருக்கிறது என்பதற்கு என்ன அறிகுறி?''

''கொஞ்சம் சாப்பிட்டாலே வயிறு நிறைந்து விட்டது போல இருக்கும். சாப்பிட்டவுடன் வயிற்றின்கீழ் வலி எடுக்கும். வாந்தியெடுக்க வேண்டும் போல இருக்கும். வாந்தி எடுத்துவிட்டால் வலி குறைந்து விடும். இதற்குப் பித்தப்பையை அகற்றி விடலாம். பித்தநீர் நேராக இரைப்பையில் செல்லும். இதனால் இழப்பு ஒன்றுமில்லை...''

''சிறுநீரகக் கற்கள்...?''

''இது நீரிலுள்ள தாதுப் பொருட்களால் ஏற்படுகிறது. மினரல் வாட்டர் எனப்படும் தாதுப் பொருட்களுடன் கூடிய நீரை அருந்தும்போது அந்தத் தாதுப் பொருட்கள் உடம்பில் சேராமல் கற்களாகப் படிந்து சிறுநீரகத்தில் அடைத்துக்கொள்ளும். இதற்கு வலி அதிகமாக இருக்கும். மனிதனால் மிக வும் தாங்க முடியாத வலி ஏற்படும். அதுவும் சிறுநீர் சேர்ந்து வரும்போது சிறுநீர் போகவும் முடியாது. இதற்கு இப்போது நவீன சிகிச்சைகள் உள்ளன. கற்களை அடித்துக் கரைத்து விடும் முறை இருக்கிறது.''

ஆபரேஷன் என்றாலே எல்லோரும் பயந்து போகும் நிலையில்தான் இன்னும் நம்மவர்கள் இருக்கிறார்கள். அதுவும் ஆபரேஷனுக்கு முன்னும், பின்னும் நோயாளியோடு கூட மற்றவர்களும் அவஸ்தைப்பட வேண்டியதாக உள்ளது.

''உண்மைதான். அதனால் நல்ல உணவுப் பழக்க வழக்கங்கள், சீரான வாழ்க்கை, முடிந்தவரை அமைதியான மனம் என இருந்தால் பல நோய்களைத் தவிர்க்கலாம். ஆனால் விபத்து என்பது நம் கையில் இல்லை இல்லையா?

இப்படி நம் நாட்டில் பல அரிய உயிர்கள் விபத்தில் இறக்கிறார்கள் என்பதற்காகத்தான் ஒரு ஸ்பெஷல் சர்வீஸை எங்களுடைய மருத்துவமனையில் விரைவில் ஆரம்பிக்க இருக்கிறோம். விபத்து நடந்தவுடனேயே தகவல் தெரிவிக்கப்பட்டால் ஒரு மருத்துவக் குழு விபத்து நடந்த இடத்திற்குச் சென்று முதலுதவி செய்வோம். அங்கிருந்து இன்னின்ன மருத்துவர்கள் தேவையாக இருக்கிறார்கள் என ஒயர்லெஸில் தெரிவித்து விடுவோம். பிறகு மருத்துவமனைக்கு வந்தவுடன் முழுமையான சிகிச்சை தொடங்கிவிடும். அதற்கான ஏற்பாடுகளைச் செய்து கொண்டு இருக்கிறோம். விரைவில் எங்களுடைய சர்வீஸை ஆரம்பித்து விடுவோம்'' என்கிறார் டாக்டர் நல்லதம்பி.

- பவித்ரா

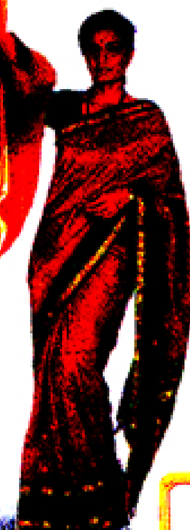
அறிமுகப்படுத்துகிறோம்
கோல்டன் ஹார்வெஸ்ட்
சூரியகாந்தி எண்ணெய்.

தரம், விலை, சுவை
– மூன்றும் சரியாக
அமைந்துள்ள ஒரே
சமையல்
எண்ணெய்.

கோல்டன்
ஹார்வெஸ்ட். பல
முறை
சுத்திகரிக்கப்பட்ட
உயர்தர
சூரியகாந்தி
எண்ணெய்.
குடும்ப நலத்தைப்
பாதுகாக்கும்.
சமையலில்
சுவையை
மேம்படுத்தும்.
சமைக்கும்
பாத்திரத்தில்



ஒட்டவே ஒட்டாது.
ஆம், கோல்டன்
ஹார்வெஸ்ட்
உங்கள் நீண்ட நாள்
சமையல்
எண்ணெய்ப்
பிரச்னைகளுக்கு
ஒரு உன்னதமான
தீர்வு. ஒரு முறை
வாங்கிப் பாருங்கள்
– அதன் மேன்மை
உங்களுக்கே
புரியும்.





தரம் – நிரந்தரம் !



இது S.I.V இண்டஸ்ட்ரீஸ் நிறுவனமான ஸ்டெர்லிங் ஆயில்ஸின் உன்னத தயாரிப்பு.

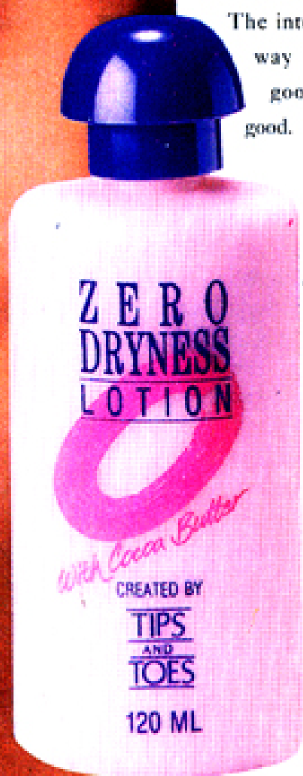
Marketed by: பிராஸ்பரிட்டி மார்க்கெட்டிங் சர்வீசஸ் பி. லிமிடெட், மைசூர்

MAA COMMUNICATIONS CBE 3006-93 TAM


V.I.P.

Nourish dry skin the international way. With Cocoa Butter.

Cocoa Butter. It's the preferred choice of leading beauticians the world over. Cocoa Butter is nature's finest moisturiser and the world's best known skin softener and conditioner. Cocoa Butter penetrates into every pore of the skin, providing rich oils while maintaining the correct moisture levels. Keeping your skinhealthy, soft and supple. This goodness is now available to you in Tips and Toes Zero Dryness Lotion. Zero Dryness Lotion. The international way to look good. Feel good.



Zero Dryness Lotion. Diet for healthy skin.

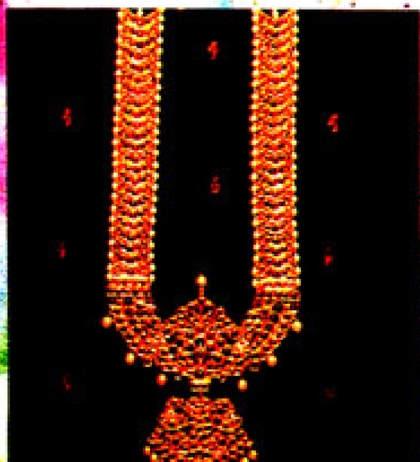
FOLKLORE-TT-[illegible]

மங்கையர் மலர்

தீபாவளிச் சிறப்பிதழுடன்
இணைப்பு
நவம்பர் '93







STIVE
OLLECTIONS
ROM PEACOCK SILKS



For Dealership Enquiries Contact:
DEVATHA FABRICS,
555, 1st Floor, Avenue Road, Bangalore - 560 002.
Phone: 262973, Fax : 080-266591. D.F.

100% Pure Silks Ensure Peacock Symbol on every Saree

ASK FOR DESIGN ALBUM

FREE EXCLUSIVE LADIES PURSE ON SELECTED DESIGNS FOR DEEPAVALI

Available Only at:

Mangayar Malar November - '93
REGISTERED NO. TN MS (S) 231
Registered as Newspaper in Srilanka

பாரம்பரியச் சுவைக்கு ஈடில்லை, இணையும் இல்லை.

லியோ காபி — தோட்டப் பயிர்களில் 60 ஆண்டுகளுக்கு மேல் காபி பயிரிடுவதில் முன்னணியில் இருப்பவர்கள் வழங்கும் தரமான காபி

காபிக் கொட்டைகள் மிகவும் கவனமாகத் தேர்ந்தெடுக்கப்படுகின்றன. நன்கு வறுத்து, தங்கள் முன்னிலையில் நவீன கிரைண்டர் மூலம் உடனுக்குடன் அரவை செய்து தரப்படுகிறது. செறிவான தூய காபியின் அசல் மணமும், சுவையும் மாறாமல் அப்படியே இருக்கவும் விசேஷ கவனம் செலுத்தப்படுகிறது.

இவையும் கிடைக்கின்றன : எங்களுடைய சொந்தத் தோட்டத்தில் விளைந்த மிளகு மற்றும் ஏலக்காய் — தோட்டத்துப் புதுமையுடன்.....



Insight-3407



நிர்வாக அலுவலகம் :

லியோ காபி கிரைண்டிங் ஒர்க்ஸ்,
16, தெற்கு மாட வீதி, மயிலாப்பூர்,
சென்னை 600 004.

லியோ
சுத்தமான ஃபில்டர் க



No more

WAIST!



Introducing

Sunline

Super - refined Sunflower Oil

புதிய சன்லைன் - சூரியகாந்தியின் அனைத்து
சிறப்புகளும் நிரம்பப்பெற்ற சமையல் எண்ணெய்.
ஊட்டச்சத்துக்கள் நிறைந்த, இதயத்திற்கு இதமான
சன்லைன்-உங்கள் எடை கூடாமலும் ஆரோக்கியத்தில்
சிறந்து விளங்கவும் முதன்மை பெற்றது.
சன்லைன், மெழுகுதன்மை நீக்கப்பட்டதால் லேசாகவும்
தெளிவாகவும், மேலும் உடலில் சேரும் கொலஸ்ட்ராலை எதிர்க்கும்
தனித்தன்மை பெற்றது சன்லைன் சூரியகாந்தி எண்ணெய்.

DE-WAXED

ANTI-CHOLESTEROL

The taste that wins *hearts!*







A quality product from S.S.D. Oil Mills Co. Ltd., Madras - 600 056

ARTIG/1283

இதயத்திற்கு இதமானது

REGISTERED NO. TN MS (S) 231
Registered as Newspaper in Srilanka

திருமதி ஷீலா பால், BSc., D.N.D.,
உணவியல் வல்லுநர் கூறுகிறார்.

"நல்லெண்ணெய் இரத்தத்தில் கொலஸ்ட்ரால் அளவைக் குறைக்கின்றது. ஆகவே தான் நமது முன்னோர்கள் அதை "நல்ல எண்ணெய்" (தமிழ்) "மஞ்ச்சி நூனு" (தெலுங்கு) என்று அழைத்தனர். இது உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு பாதுகாப்பானது என்பதால் தான் தென்னிந்தியர்கள் சமையல் எண்ணெய்யாகப் பயன்படுத்துகின்றனர்."

Sheila Paul



Mrs. Sheila Paul B.Sc.,
Diploma in Nutrition & Dietetics
Senior Dietition
Madras



இதயம் நல்லெண்ணெய் தயாரிப்பில் தரத்தில் சிறந்த எள் மட்டுமே உபயோகிக்கப்படுகின்றது. பிஞ்சு எள் மற்றும் பொக்கு முழுவதுமாக நீக்கப்படுகின்றது. ஆகவே இதயம் நல்லெண்ணெய் பொங்குவதில்லை. பூரி, வடை, பஜ்ஜி எது வேண்டுமானாலும் தயார் செய்யலாம்.



SILVER SPOON

இதயம் சுகமாக்கும் எதையும் சுவையாக்கும்

Bombay Distributor
M/s. P.R. OIL DEPOT (P. Ramalingam)
MATUNGA (C.R) Bombay - 400 019.
Phone : 4372077 & 4376874

இதயம்
நல்லெண்ணெய்